

# **”Unelmani on kuolla saappaat jalassa.”**

**fenomenografinen analyysi eläkeläisten ikääntymiseen liittyvistä käsityksistä**

Mari Rautava

Tampereen yliopisto

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

Sosiaalipolitiikan pro gradu-tutkielma

Huhtikuu 2015

”Ikääntyminen on kuin vuorelle nousua,  
hengästyttää hieman,  
mutta näköala paranee.”

– Ingrid Bergman

# TAMPEREEN YLIOPISTO

## Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

RAUTAVA, MARI:

Pro gradu – tutkielma, 93 sivua, 6 liitesivua

Sosiaalipolitiikka

Kevät 2015

Ohjaaja: Ossi Eskelinen

---

Tässä pro gradu – tutkielmassa ollaan kiinnostuneita ikäihmisten kirjoitetun äänen kuulemisesta. Elinajan pitenemisen myötä ikääntyneen väestönosan määrä kasvaa yhteiskunnassamme huomattavasti, joten ikäihmisten erityistarpeisiin on syytä kiinnittää huomiota. Yhteiskunnan tehtävänä on turvata kaikkien hyvinvointi silloinkin, kun ikäihmisiä elää keskuudessamme yhä enemmän. Tutkielman tarkoituksena on etsiä ikäihmisten kirjoitusten avulla vastausta siihen, millainen käsitys ikäihmisillä on omasta vanhenemisestaan ja miten yhteiskunnan vanhuskäsitys näyttäytyy ikäihmisten käsityksissä. Lisäksi tarkastellaan sitä, haluavatko ikäihmiset samoja asioita kuin yhteiskuntaa edustava ikääntymispoliittinen järjestelmä.

Tutkimuksen empiirinen aineisto (n=21) kerättiin eläkeläisille suunnatun kirjoituspyynnön avulla. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin fenomenografiaa, jonka kiinnostus kohdistettiin käsityksiin eli siihen, miten maailma rakentuu ikäihmisten tietoisuudessa. Tutkimuksen analyysin ensimmäisessä vaiheessa huomio kiinnitettiin ensimmäisen asteen kategoriatyyppeihin, joiden avulla ilmenetään yksilötason objektiivista todellisuutta. Analyysin toisessa vaiheessa tarkasteltiin ikäihmisten todellisuuden rakentumista sosiaalisesti ja konstruktivisesti, jonka perusteella muodostettiin käsitys sosiaalisen vanhenemisen ilmenemisestä yhteiskunnassa. Samalla otettiin huomioon myös yhteiskunnan vanhuskäsitys eli ne tavat, joilla ikäihmisiä ja ikääntymistä kohdellaan yhteiskunnassa. Analyysin viimeisessä vaiheessa muodostettiin ikäihmisten kirjoitusten perusteella ylemmän tason kategoriat eli viisi ikäihmisyyttä kuvaavaa arkkityyppiä, jotka kuvaavat erilaisia ikäihmisinä olemisen tapoja tässä aineistossa.

Tämän pro gradu – tutkielman tulokset osoittavat, että ikäihmisten käsitykset omasta ikääntymisestään ovat yhtä kaksijakoiset kuin yhteiskunnassamme vallitsevat vanhuskäsityksetkin. Tutkimuksen perusteella voidaan myös todeta, että ikäihmiset suhtautuvat omaan ikääntymiseensä huomattavasti myönteisemmin kuin yhteiskunnan ja ikääntymisen väliseen suhteeseen. Näyttää siltä, että ikäihmiset kokevat yhteiskunnan vanhuskäsityksen uhaksi ikääntymiselleen. Tutkimukseni johtopäätöksenä voidaan todeta, että ikäihmisyyys ilmenee monin erilaisin tavoin. Ikäihmiset ovat heterogeeninen ja monenlaisia yksilöitä sisältävä ryhmä, jota ei voi kohdella yhtenäisenä joukkona. Yhteiskunnalta edellytetään erityistä herkkyyttä, jotta tulevaisuudessa olisi mahdollista saavuttaa hyvä yhteiskunta kaikenikäisille.

Avainsanat: ikäihminen, ikäihmisyyys, väestön ikääntyminen, yhteiskunnan vanhuskäsitys, fenomenografia

# **UNIVERSITY OF TAMPERE**

## **School of Social Sciences and Humanities**

RAUTAVA, MARI:

Master's Thesis, 93 pages, 1 appendix (6 pages)

Social Policy

Spring 2015

Supervisor: Ossi Eskelinen

---

In this master's thesis research I am interested in the perceptions of the elderly. The purpose of this research is to examine the elderly persons' perceptions of its own ageing. The interest is also directed to it how society's perception of the elderly appear in the elderly persons' perceptions. Furthermore, it is studied, do the elderly persons want the same matters than the ageing politics is reached for.

The empiric material of the research was collected with the help of the writing request. The research material consists of 21 writings of which writers are 63–85 year-old pensioners. Phenomenography was used as an analysis method of the material and the phenomenographical interest is how the world is based in the elderly persons' perceptions. On the basis of the analysis I formed five age humanity archetypes which describe the different ways of being as an elderly person in this research. These archetypes formed into the main result of my research.

The results of the research show that the elderly persons' perceptions of their own ageing are as two-dimensional as society's perceptions of the elderly. On the basis of the research one can state that the age humanity appears in the many different ways. According to this research it seems that the elderly persons are heterogeneous and many kinds of individuals which cannot be handled as a uniform group. The society must carry out special measures so it could reach as good society as possible to everybody.

Keywords: an elderly person, age humanity, aging of the population, society's perception of the elderly, social ageing, phenomenography

## SISÄLLYS

<b>1. JOHDANTO .....</b>	<b>1</b>
<b>2. VÄESTÖ IKÄÄNTYY – ENTÄ SITTE?</b> .....	<b>2</b>
2.1. Elinajan piteneminen, elinajanodote ja toimintakykyiset elinvuodet.....	2
2.2. Suuret ikäluokat ja vanhushuoltosuhde .....	3
2.3. Väestön ikärakenteen muutos ja kestävyysvaje .....	4
<b>3. HYVINVOINTIA TAVOITTELEVA IKÄÄNTYMISPOLITIikka .....</b>	<b>6</b>
3.1. Poliitiikka päätöksenteon perustana .....	6
3.2. Ikääntymispolitiikan määritelmä ja tavoitteet .....	7
3.3. Vanhuspolitiikasta nykypäivän ikääntymispolitiikkaan.....	8
<b>4. IKÄ, IHMINEN JA VANHUUS .....</b>	<b>11</b>
4.1. Iän määrittämisen tapoja.....	11
4.2. Ikäihmisen käsite ja mielikuvia vanhuudesta .....	14
4.3. Vanhuus pidentyneenä elämänvaiheena.....	17
4.4. Kolmas ja neljäs ikä – kohti kisan päiviä?.....	20
<b>5. SOSIAALINEN VANHENEMINEN JA VANHUSKÄSITYS .....</b>	<b>23</b>
5.1. Sosiaalisen vanhenemisen määrittelyä .....	24
5.2. Aktiivisuusteoreettinen näkökulma – ikääntymällä kohti aktiivisuutta? .....	27
5.3. Yhteiskunnan vanhuskäsitys: ikääntymispoliittinen linjaus .....	30
5.4. Ikääntymisen voimavara- ja haavoittuvuusnäkökulma .....	32
5.5. Tavoitteena onnistunut vanheneminen vai hyvä yhteiskunta kaikille? .....	34
<b>6. POSTIA IKÄÄNTYNEILTÄ – TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....</b>	<b>36</b>
6.1. Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset .....	36
6.2. Metodologiset lähtökohdat .....	37
6.3. Kirjoituspyynnöistä aineistoksi .....	38
6.4. Fenomenografinen analyysimenetelmä .....	42
6.5. Analyysiprosessin eteneminen tässä tutkimuksessa.....	46

<b>7. YKSIÖ JA IKÄÄNTYMINEN</b>	49
7.1. Käsitys iän merkityksestä ja sen kokemisesta	49
7.2. Käsitys hyvästä ikääntymisestä	52
7.3. Käsitys ikääntymiseen ja ikäihmisiin liittyvistä suhtautumistavoista	54
7.4. Käsitys siitä miten haluaa tulla kutsutuksi	56
7.5. Käsitys ikääntymisestä arjessa	58
7.6. Yhteenveto ikäihmisten omaan ikääntymiseensä liittämistä käsityksistä	59
<b>8. YHTEISKUNTA JA IKÄIHMINEN</b>	61
8.1. Käsitys ihanneyhteiskunnasta	61
8.2. Käsitys vastuusta	63
8.3. Käsitys kotona asumisesta mahdollisimman pitkään	65
8.4. Käsitys ikäihmisten huomioimisesta erityisryhmänä	67
8.5. Käsitys yhteiskunnan suhtautumisesta ikääntymiseen ja ikäihmisiin	68
8.6. Yhteenveto yhteiskunnan vanhuskäsityksen näyttäytymisestä ikäihmisten käsityksissä	70
<b>9. IKÄIHMISYYDEN OLEMUS</b>	72
9.1. Vastahakoisesti ikääntyvän arkkityyppi	72
9.2. Alakuloisen luopujan arkkityyppi	74
9.3. Saappaat jalassa kuolevan arkkityyppi	75
9.4. Luonnollisesti ikääntyvän arkkityyppi	76
9.5. Elämästä nautiskelevan arkkityyppi	77
9.6. Yhteenveto ikäihmisyydestä	78
<b>10. POHDINTOJA IKÄÄNTYMISESTÄ – ONGELMA VAI ETUOIKEUS?</b>	79
<b>11. TUTKIMUKSEN ARVIOINTIA</b>	83
11.1. Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	83
11.2. Ajatuksia jatkotutkimuksista	86
<b>LÄHTEET</b>	88
<b>LIITE: KIRJOITUSPYYNTÖ</b>	94

## KUVIOLUETTELO

Kuvio 1. Suomen väestön ikärakenne.....	5
Kuvio 2. Fenomenografisen tutkimuksen kulku.....	44
Kuvio 3. Fenomenografisen tutkimuksen spiraali.....	46

# 1. JOHDANTO

Kuulin taannoin radiosta anekdootin eli ilmeisen viihdyttäväksi tarkoitetun kaskun siitä, miten me kaikki haluamme elää pitkään, mutta lopulta meistä yksikään ei halua elää vanhaksi. Aluksi kyseenalaistin kuulemani lauseen. Ajattelin sen olevan mahdotonta, sillä ei kai nyt kukaan halua elää pitkää elämää vanhenematta. Eihän?

Ikääntyminen on väistämätöntä ja se koskee jokaista vauvasta vaariin. Hyvinvoinnin lisääntyä etenkin länsimaisten ihmisten odotettavissa oleva elinikä ja vanhuus elämänvaiheena ovat pidentyneet. Suomalaisessa yhteiskunnassa väestörakenteen muutos on historiallisesti uusi ilmiö, jonka myötä ikääntyneen väestön osuus lisääntyy huomattavasti (esim. Ryynänen & Notkola 2007, 289–290). Ikääntymisestä puhutaan nyt enemmän kuin koskaan ennen, sillä vanhusväestön osuuden lisääntyessä yhteiskunnan on kiinnitettävä huomio ikäihmisten erityistarpeisiin.

Ihmisen elinikä jaetaan erilaisiin ikävaiheisiin ja elämää kokonaisuutena ajatellaan elämänkaarena eli aluksi nousevana kohti aikuisuutta, kunnes keski-ian jälkeen kaari kääntyy laskuun kohti vanhuutta. Elämänkaarensa aikana yksilö sosiaalistetaan osaksi yhteiskuntaa, jonka tuottamat käsitykset ja normit asettavat soveliaalle ikääntymisellemme rajat. Sekä yhteiskunnan vanhuskäsitys että yksilön käsitys omasta ikääntymisestään vaikuttavatkin siihen, onko ikääntymisessä lopulta kyse ongelmasta vai etuoikeudesta.

”Peukaloinen elää kolme vuotta, koira kolme kertaa kauemmin kuin peukaloinen, hevonen kolme kertaa kauemmin kuin koira ja ihminen kolme kertaa kauemmin kuin hevonen” (Austad 1999,115). Kuten vanha saksalainen sananlaskukin sen sanoo, kaikilla eläväsillä on omalle lajilleen tyypillinen elinkaari. Tällä hetkellä ihmislajin realistinen maksimi-ikä on sadan vuoden tietämällä eli ikääntymiselläkin on lopulta luonnollinen rajansa. Peukaloisen kaltainen pieni lintu elää vain kolme vuotta, mutta sen voidaan silti sanoa eläneen täyden elämän – elinkaarensa alusta loppuun.

Tässä tutkimuksessa tavoitteenani on saada selville se, haluavatko ikäihmiset elää pitkään tulematta koskaan vanhoiksi. Annan kirjoitetun äänen ikäihmisille, jotka tietävät ikääntymisestä ja ikäihmisestä olemisesta paremmin kuin yhteiskunnan ikääntymispoliittisten järjestelmien tai palvelurakenteiden edustajat. Huomion kiinnittäminen ikäihmisiin ei tarkoita, että vanhuus ja ikääntyminen olisivat jotain kummallista, ylikuonnollista tai epäsuotavaa. Päinvastoin ikäihmisten nostaminen korokkeelle on tärkeää, koska ikääntyminen on jotakin väistämätöntä, kunnioitettavaa ja merkityksellistä.



## **2. VÄESTÖ IKÄÄNTYY – ENTÄ SITTEN?**

Nykyinen yhteiskunnallinen ikääntymiskeskustelu vaikuttaa pysähtyneen kyllästyttävän ongelmakeskeiseen tilaan. Tiedotusvälineissä ja poliittisessa keskustelussa väestön ikääntymistä ja suuria ikäluokkia pidetään uhkana. Yleisesti puhutaan eläkepommista, taakasta, kestävyysvajesta, kuluerästä – ja samassa yhteydessä vanhuksista ja vanhenemisesta. Yhdistelmä ei ole imarteleva ja vaikutelmaksi muodostuu väistämättä jotakin huolestuttavaa. Tätä taustaa vasten ei ole ihme, jos ikääntyminen tuntuu vastenmieliseltä. Sitä se ei kuitenkaan ole.

Ikääntyminen on väistämättä muutakin kuin taloudellinen taakka tai kestämaton kuluerä, sillä eläkkeelle jäätyään suomalaisella ikäihmisellä on parhaimmillaan edessään jopa useita kymmeniä vuosia toimintakykyistä ja aktiivista elämää. On silti totta, että väestön ikääntyminen tuottaa yhteiskunnalle uusia haasteita, joiden ratkaiseminen ei ole yksinkertaista. Haasteet koetaan tavallisesti uhaksi, koska ne aiheuttavat muutostarpeita. Samalla mielikuvat muutoksen aiheuttajista ja muutokseen haastajista voivat muuttua negatiivisiksi. Yhteiskunnassa on kuitenkin tehtävä päätöksiä erilaisten muutosten ja tulevaisuudenkuvien edessä ja tehdyt päätökset ohjaavat yhteiskunnan kehitystä toivottavasti suotuisaan suuntaan.

Tässä luvussa esittelen tärkeimpiä ikääntymiseen liittyviä taustailmiöitä, jotka vaikuttavat ikääntymiseen ja ikäihmisenä olemiseen yhteiskunnassamme. Taustoituksen jälkeen on vuorossa teoreettisen viitekehyksen esittely.

### **2.1. Elinajan piteneminen, elinajanodote ja toimintakykyiset elinvuodet**

Väestön ikääntymiseen liittyvä ongelmakeskeinen puhe voi estää näkemästä sen myönteisen kehityksen, että väestön elinaika on pidentynyt. Se on ollut mahdollista, koska elinolosuhteet ovat parantuneet, kuolleisuus on vähentynyt, lääketiede on kehittynyt ja yleinen hyvinvointi on lisääntynyt. Nykyisin yhä useammalla ihmisellä on mahdollisuus saavuttaa vanhuudeksi kutsuttu elämänvaihe, jonka myötä ikääntyneiden väestöllinen osuus on kasvanut (Heikkinen & Marin 2002, 6). Väestön ikääntymisellä ja ikäihmisten pitkäikäisyydellä on väistämättä taloudellisia, yhteiskunnallisia ja kulttuurisia vaikutuksia (Jylhä, Forma, Aaltonen, Raitanen & Rissanen 2008, 116–120), mutta tavallisesti poliittisen keskustelun ja tiedotusvälineiden huomio kiinnittyy elinajan pitenemisen aiheuttamiin taloudellisiin vaikutuksiin. Ikäihmisten näkökulmasta katsoen yhteiskunnalliset taloushuolet ovat kuitenkin suhteellisen abstrakteja ilmiöitä.

Elinajanodote on tilastollinen tunnusluku, joka kertoo sen, kuinka monta vuotta yksilöllä on keskimäärin elämää jäljellä, jos tarkasteltavan ajanjakson ikäryhmittäiset kuolemanvaarat pätevät koko jäljellä olevan elämän ajan. Elinajanodote voidaan määritellä joko vastasyntyneelle tai tiettyyn ikään ehtineelle. Suomalaisen vastasyntyneen tytön elinajanodote oli 83,5 vuotta ja pojan 77,2 vuotta vuonna 2011. Samana vuonna 84-vuotiaan naisen jäljellä olevan elinajanodote oli keskimäärin 7,1 elinvuotta ja 77-vuotiaalla miehellä puolestaan 9,5 elinvuotta. (Martelin, Sihvonen & Koskinen 2013, 36–40.) Suomalaisten miesten ja naisten välisessä kuolevuudessa on huomattava ero, sillä naisten tilastollinen elinaika on keskimäärin kuusi vuotta miesten elinaikaa pidempi (Nieminen 2005, 38). Kaikkien suomalaisten elinajanodote on kuitenkin kasvanut merkittävästi viimeisen sadan vuoden aikana. Sekä vastasyntyneiden että 65 – ja 80-vuotiaiden jäljellä olevien elinvuosien määrä on lähes kaksinkertaistunut sadassa vuodessa. (Martelin ym. 2013, 36–40.)

Suomalaisten toimintakykyiset elinvuodet ovat myös lisääntyneet ja eläkkeelle siirrytään terveempänä kuin ennen. Terveiden elinvuosien odote on tilastollinen tunnusluku, joka kuvaa sitä, kuinka kauan yksilö voi keskimäärin odottaa elävänsä terveenä tai toimintakykyisenä olettaen, että nykyiset kuolleisuus- ja terveysolosuhteet vallitsevat tulevaisuudessakin. Suurimmalla osalla eläkeläisistä toimintakyky säilyy hyvänä 75–85 ikävuoteen (Seppänen & Koskinen 2010, 395). Tarkasteltaessa terveitä ja toimintakykyisiä elinvuosia voidaan huomata, että terveitä naisia on kaikissa ikäryhmissä enemmän kuin terveitä miehiä. Ikääntyneillä naisilla on edessään pidempi elämä ja enemmän terveitä ja elinkykyisiä vuosia kuin miehillä, mutta toisaalta naisilla on edessään myös enemmän sairaita elinvuosia kuin miehillä. (Sihvonen & Martelin & Koskinen & Sainio & Aromaa 2013, 66–70.)

## **2.2. Suuret ikäluokat ja vanhushuoltosuhde**

Suurista ikäluokista puhutaan paljon. Keskustelut kohdistuvat ikäryhmään eläkepommina, jonka eläkkeelle jääminen tuottaa yhteiskunnalle taloudellisen taakan. On kuitenkin huomattava, etteivät suuret ikäluokat ole ainoa syy suomalaisen väestön ikääntymiseen. Suurten ikäluokkien eläkkeelle jääminen on vain ohimenevä ilmiö, jonka jälkeen väestö jatkaa edelleen vanhenemistaan (Vaitinen 2013, 24). Suuret ikäluokat saivat alkunsa toisen maailmansodan jälkeen, kun miehet kotiutuivat sodasta. Suomen syntyvyys ei ole toista kertaa ollut niin suurta kuin vuosina 1945–1950. Kyseisenä ajankohtana suuria ikäluokkia syntyi keskimäärin satatuhatta lasta vuodessa. (Karisto 2005, 22–25.) Nykyisin lapsia syntyy hieman alle 60 000 vuodessa (Väestöliitto 2015). Alun perin suuria ikäluokkia oli noin 520 000 henkilöä, mutta vuonna 2010 ikäluokka oli pienentynyt jo 130 000 hengellä. Eniten suuria ikäluokkia on pienentänyt kuolleisuus sekä 1960–1970 -lukujen siirtolaisuus Ruotsiin.

Ennusteiden mukaan suuria ikäluokkia on vuonna 2030 elossa vielä yli puolet eli noin 272 000 henkilöä. (Tilastokeskus 2012.)

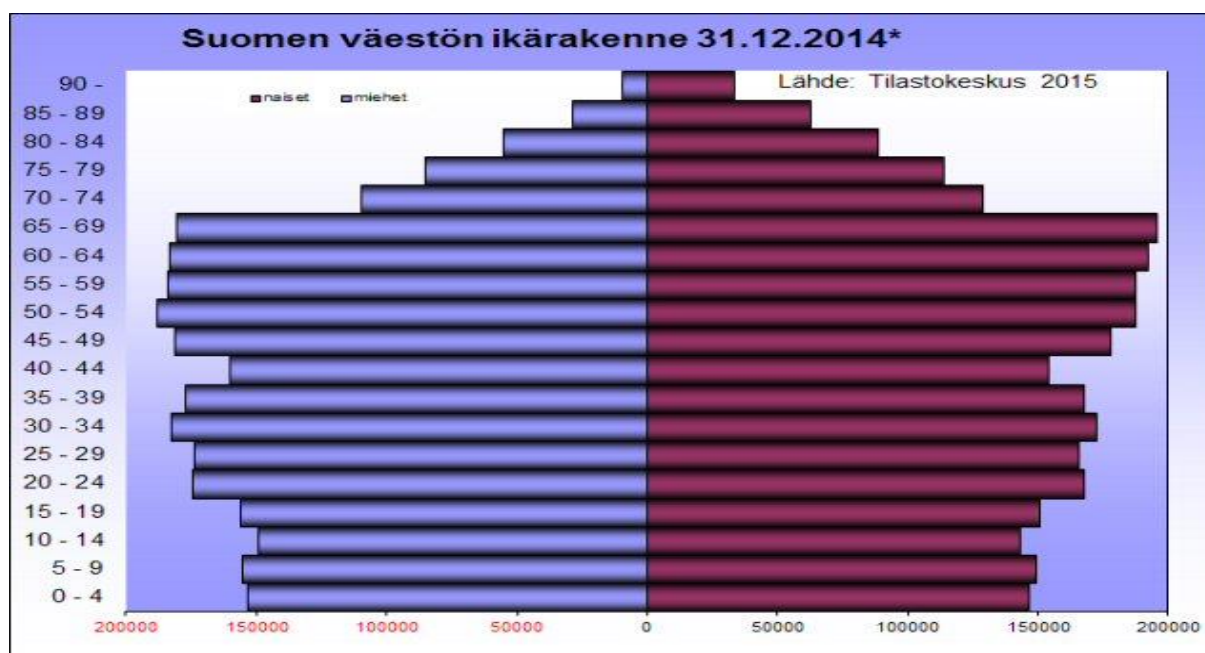
Suuret ikäluokat syntyivät ja kasvoivat mullistavien yhteiskunnallisten muutosten keskellä. Suurena syntyneiden joukkona, heidän olemassaolonsa käynnisti uusia rakenteellisia uudistuksia, kuten neuvola- ja koulujärjestelmän kehittymisen. He myös kiihdyttivät modernisaation kehitystä ja saivat olla osallisia erilaisten vapauttavien uudistusten kohdatessa suomalaisen yhteiskunnan. (Karisto 2005, 22–25.) Suuret ikäluokat ovatkin kohdanneet elämänsä aikana monia onnekkaita mahdollisuuksia. Heillä on ollut edellisiä sukupolvia enemmän vaihtoehtoja saadakseen koulutus, vakaa työura, hyvä elintaso ja riittävä eläke. Vasta nyt vanhetessaan suuret ikäluokat ovat ensimmäistä kertaa uhka yhteiskunnalle. (Julkunen 2005, 273–278.)

Väestön ikärakenteen vanheneminen aiheuttaa kestävyysvajetta ja muutoksia vanhushuoltosuhteissa. Vanhushuoltosuhde (65 vuotta täyttäneet per 15–64-vuotiaat) tarkoittaa eläkeläisten osuutta suhteessa työikäiseen väestöön. Vuonna 2013 vanhushuoltosuhde oli 29 prosenttia. Ennusteiden mukaan vanhushuoltosuhde kasvaa vuoteen 2080 asti, jolloin sen ennustetaan olevan 53 prosenttia. (Eläketurvakeskus 2014.) Sukupolvien väliset kokoerot aiheuttavat kuormitusta eläkejärjestelmästä aiheutuviin kustannuksiin sukupolvien välille ja tällä hetkellä kooltaan pienemmät sukupolvet ovat vastuussa suurten ikäluokkien eläkkeiden kustannuksista. Kuluva vuosikymmenen aikana vanhushuoltosuhteen kasvun ennustetaan olevan nopeinta, joten se haastaa eläkejärjestelmän rahoituksen ja kestävyuden. Se myös kyseenalaistaa eläkejärjestelmän luotettavuuden ja oikeudenmukaisuuden sukupolvien välillä. (Tenhunen & Vaittinen 2013, 10–12.)

### **2.3. Väestön ikärakenteen muutos ja kestävyysvaje**

Väestön ikärakenteen muutos on maailmanlaajuinen ilmiö. Samalla kun syntyvyys alenee ja elinikä pitenee, niin ikääntyneiden osuus kasvaa väestössä. (Tenhunen & Vaittinen 2013, 12.) Nämä väestön ikärakenteen muutokset horjuttavat yhteiskunnan tasapainotilaa, sillä keskimääräisen eliniän piteneminen, syntyvyyden ja kuolleisuuden pieneneminen, muuttoliike ja hetkellisesti myös suurten ikäluokkien eläkkeelle jääminen supistavat työikäistä väestöä ja lisäävät vanhusväestöä. Väestön ikääntyminen lisää etenkin eläkemenoja sekä terveydenhuollon ja vanhusten pitkäaikaishoidon kysyntää. (Korkman, Lassila, Määttänen & Valkonen 2007, 9-10.) Hyvinvointivaltion tehtävänä on kuitenkin turvata kansalaistensa hyvinvointi siitäkin huolimatta, että ihmiset kuluttavat elinkaarensa alku- ja loppuvaiheessa enemmän kuin tuottavat (Vaittinen 2013, 20).

Elinajan piteneminen vaikuttaa 2020-lukua lähestyttäessä eniten yli 80 vuotta täyttäneiden määrään. Lisäksi 65 vuotta täyttäneiden osuus kasvaa niin, että vuonna 2030 joka neljäs väestöstä on täyttänyt 65 vuotta. (Nieminen 2005, 44.) Väestöpyramidi (kts. kuvio 1) havainnollistaa suomalaisen väestön ikäluokkien välisiä suhteita ja sukupuolten välisiä eroja vuoden 2015 alussa. Kuvio havainnollistaa väestön ikääntymiskehitystä ja erityisesti pyramidin kapeneva pohja osoittaa työikäisen väestömäärän pienenemisen. Huomio kiinnittyy myös vanhenevien naisten suurenevaan määrään.



Kuvio 1. Suomen väestön ikärakenne (Tilastokeskus 2015)

Hyvinvointivaltio on taloudellinen jakojärjestelmä, jonka ikäsidonnaiset julkiset menot rahoitetaan pääasiassa työssäkäyvien maksamilla maksuilla ja veroilla (Korkman ym. 2007, 9). Eläketurva kattoi vuonna 2013 yli 40 prosenttia Suomen sosiaalimenoista ja voidaan todeta, että sillä on merkittävä rooli noin 1,5 miljoonan eläkkeensaajan toimeentulona. (Tenhunen & Vaitinen 2013, 10). Näin ollen julkisen rahoituksen kestävyydellä on suuri rooli hyvinvoinnin pitkäjänteisessä tuottamisessa. Tulevaisuudessa maksajien osuus vähenee samalla kun edunsaajien määrä lisääntyy. Tällöin puhutaan kestävyysvajeesta. (Korkman ym. 2007, 9–10.) Elinkeinoelämän keskusliiton määritelmän mukaan kestävyysvaje osoittaa sen kuinka paljon julkista taloutta olisi sopeutettava, jotta julkiset velvoitteet saadaan hoidetuksi ilman liiallista velkaantumista. Vuodelle 2018 laskettu kestävyysvaje-arvio vastaa nykyrahassa noin kahdeksaa miljardia euroa. Laskelmiin liittyy paljon virhemahdolli-

suuksia, sillä esimerkiksi ikääntymisestä johtuvia terveystennoja on vaikea ennakoida. (Elinkeinoelämän keskusliitto, 2015.)

Taloudellisen kestävyuden lisäksi ikääntymiseen liittyviä haasteita on tarkasteltava myös poliittisen ja sosiaalisen kestävyuden kannalta. Poliittisella kestävyydellä tarkoitetaan sukupolvien välistä ja sukupolvien sisäistä oikeudenmukaisuutta. Siihen liittyvät ikääntymispolitiikkaan sisältyvä yhteisymmärrys ajettavista asioista sekä järjestelmän hyväksymisenarvoisuus kansalaisten silmin. Sosiaalinen kestävyys tarkoittaa puolestaan eläkkeiden riittävyyttä, oikeudenmukaisuuden ja tasa-arvon toteutumista ikääntyneen väestön keskuudessa, ikääntyneiden vaikuttamismahdollisuuksia yhteiskunnassa sekä sitä, miten ikääntyneet kiinnittyvät yhteisönsä. (Niemelä 2010, 401.)

### **3. HYVINVOINTIA TAVOITTELEVA IKÄÄNTYMISPOLITIikka**

Suomalaisen yhteiskunnan ikääntymiseen liittyvät muutokset edellyttävät erityistä ikääntymispolitiikkaa, jonka pyrkimyksenä on hallita odotettavissa olevaa väestörakenteen muutostilannetta. Ikääntymispoliittisin toimin on tarkoitus kohdata tai vähintään kartoittaa ja suunnitella sitä, miten yhteiskunnallinen hyvinvointi voitaisiin ylläpitää silloinkin, kun vanhuksia on keskuudessamme yhä enemmän. Oma näkemykseni on, että ikääntymisen nostaminen agendaan on yhteiskunnan kädenojennus eli halu kohdata ikääntyvien erityistarpeet, jotta yhteiskunnassa olisi kaikilla hyvä olla.

#### **3.1. Poliitiikka päätöksenteon perustana**

Yhteiskunnan tavoitteena on turvata jäsenilleen mahdollisimman hyvä elämä. Tämän päämäärän tavoittelemiseksi on muodostettu poliittinen järjestelmä, jossa harjoitetaan politiikkaa ja vallankäyttöä. Yhteiskunnassa on lukuisia eri politiikan osa-alueita joista jokainen joutuu taistelemaan huomiosta ja rajallisista resursseista. Yhteiskunnalliseen päätöksentekoon vaikuttavat monet asiat eli kyse ei ole vain yksittäisestä päätöksenteosta yksittäisessä asiassa. Yhteiskunnallinen hyvän elämän tavoittelemine on riippuvainen valtavasta poliittisesta koneistosta, jossa nopeat syövä hitaat ja vahvempi selättää heikon.

Heikki Paloheimon ja Matti Wibergin (2008) mukaan politiikassa on kyse hallitsemisesta, vallankäytöstä, vallasta taistelemisesta, useimmiten toisten ryhmien kustannuksella tapahtuvasta ryhmäkohtaisten etujen ajamisesta, erilaisten toimenpiteiden yhteensovittamisesta sekä neuvotteluista, mielipidemuokkauksesta, lobbauksesta, päätösten valmistelemisesta ja päätöksenteosta. Perimmäisenä tavoitteena on edistää erityisesti yhteisten asioiden hoitamista. Poliitiikalla luodaan yhteistoi-

minnalle säännöt, jotka tekevät toiminnan ennakoitavammaksi. Ennakoitavuuden avulla voidaan vähentää ihmisten välisen vuorovaikutuksen kustannuksia. (Paloheimo & Wiberg 2008, 15–18.)

Politiikka on keino kohdentaa huomio asioihin, joiden ratkaiseminen on yhteiskunnan toimivuuden kannalta merkittävää. Yhteiskunnan toimivuus tarkoittaa hyvinvoinnin mahdollistamista mahdollisimman monelle. Yhteiskunnassa on kuitenkin monia väestöryhmiä, joilla on toisistaan poikkeavia tarpeita. Resurssit riittävät vain harvoin toteuttamaan kaikkien edut samanaikaisesti, joten tässä yhteiskunnallisessa ongelmatilanteessa politiikka on tarpeen. Politiikka on siis päätöksenteon väline yhteiskunnassa, jossa kamppaillaan vastakkaisten, mutta myös yhteisten etujen saavuttamisesta. (Paloheimo & Wiberg 2008, 18.)

Poliittinen päätöksenteko on vallankäyttöä. On huomioitava, että on olemassa lukuisia erilaisia institutionaalisia rajoitteita, jotka estävät poliitikkojen mahdollisuuksia vaikuttaa päätöksentekoon vapaasti (Paloheimo & Wiberg 2008, 362). Poliittisen päätöksenteon onnistumisen kannalta ei ole yhdentekevää, millaisia poliittisia ja taloudellisia päämääriä toiminnalle asetetaan, sillä politiikalla vaikutetaan yhteiskunnalliseen kehitykseen (Paloheimo & Wiberg 2008, 340–343). Hyvinvointivaltio on luotu poliittisilla päätöksillä ja poliittiset päätökset ovat ratkaisevassa asemassa myös sopeutettaessa hyvinvointivaltiota muuttuneisiin olosuhteisiin (Korkman ym. 2007, 17). Päätöksenteon onnistumisella on siis merkittävä vaikutus ihmisten elämään ja elinolosuhteisiin.

### **3.2. Ikääntymispolitiikan määritelmä ja tavoitteet**

Hyvinvointiyhteiskunnan ja sen harjoittaman ikääntymispolitiikan olemassaolon lähtökohtana on hyvinvoinnin tavoittelemisen. Hyvinvointi liittyy sekä yhteiskunnan rakenteisiin että sen jäsenenä toimiviin yksilöihin. Pauli Niemelä (2010) mainitsee yhteiskunnan makro- ja mikrotason. Makrotasolla tarkoitetaan hyvinvointivaltiota ja mikrotasolla ihmisten hyvin voimista. Kansalaisten hyvinvointia pidetään jopa yhteiskunnan hyvinvoinnin mittarina. Hyvinvointipoliittiset pyrkimykset tarkoittavat yhteiskunnan toimintaa, jonka tähtäimessä on väestön hyvinvointi ja sen ylläpitäminen ja parantaminen. Ne tarkoittavat myös suunnittelu- ja hallintojärjestelmää, jotka toimeenpanevat hyvinvointietuudet ja – palvelut. (Niemelä 2010, 16–21.)

Ikääntymispolitiikassa on kyse ikääntyneisiin kohdistetusta sosiaalipolitiikasta ja se on osa hyvinvointipolitiikkaa (Seppänen & Koskinen 2010, 388). Ikääntymispolitiikassa huomio kiinnitetään väestön ikääntymisen mukanaan tuomiin muutoksiin (Niemelä 2010, 388) ja erityisesti sosiaalipolitiikalle ikääntyminen tarkoittaa eläkkeiden ja ikääntyneiden terveydenhuollon rahoitusta ja järjestämistä (Tedre 2003, 133). Suomalaisen ikääntymispolitiikan harjoittaminen on sosiaali- ja terve-

ysministeriön vastuulla ja sen tehtävänä on määritellä ikäihmisten palvelujen kehittämisen suunta-  
viivat, valmistella lainsäädäntöä, ohjata uudistusten toteuttamista ja valvoa palvelujen laatua.

Valtiollinen ikääntymispolitiikka on lähinnä informaatio-ohjauksellista, mutta kunnat ovat vastuus-  
sa sen käytännön soveltamisesta. Kuntien vastuulla ovat etenkin ikäihmisten sosiaali- ja terveystal-  
velut. Ikääntymispoliittinen informaatio-ohjaus on pääosin velvoittavaa, mutta se sisältää myös va-  
paaehtoisia suosituksia. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015.) Informaatio-ohjauksellinen jous-  
taavuus on tarpeen, sillä väestönkehitys on erilaista eri puolilla maata eli kuntien lähtökohdat ja tarpeet  
ikäntymispolitiikan tavoitteiden toteuttamiseksi ovat erilaiset (STM 2013:11).

Ikääntymispoliittisin tavoittein ja toimenpitein pyritään vaikuttamaan ikääntyneen väestönosan hy-  
vinvointiin edistämällä ikäihmisten toimintakykyä, itsenäistä elämää ja aktiivista yhteiskuntaan  
osallistumista (Niemelä 2010, 388–391). Yksilön hyvä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimin-  
takyky mahdollistavat yksilön vaivattoman toiminnan omia voimavaroja hyödyntäen. Fyysinen  
toimintakyky kuvaa lähinnä elimistön toiminnallisuutta eli kykyä selviytyä fyysisistä ponnistelu-  
edellyttävistä tehtävistään. Psyykinen toimintakyky tarkoittaa puolestaan yksilön tiedonkäsittely-  
kykyä, käsitysten muodostamiskykyä sekä tuntemisen ja kokemisen kykyä. Psyykinen toimintaky-  
kyisyys on siis älyllisistä ja henkisistä ponnisteluista selviytymistä. Sosiaalisen toimintakyvyn käsit-  
teellä tarkoitetaan tavallisesti yksilön vuorovaikutustaitoja ja kykyä toimia osana yhteisöä ja yhteis-  
kuntaa, mutta sillä voidaan tarkoittaa myös yksilön kykyä sopeutua niihin arvoihin ja normeihin,  
joita yhteiskunnassa ylläpidetään. (Pohjolainen 2013, 126–129.)

Ikääntymispoliittiset tavoitteet ja toimenpiteet tarkoittavat ikääntyneiden hyvinvoinnin edistämisek-  
si kohdistettuja hankkeita, ohjelmia, strategioita, laatusuosituksia ja lainsäädäntöä. (Sosiaali- ja ter-  
veysministeriö 2015.) Tällä hetkellä merkityksellisimmät ikääntymispoliittiset tavoitteet sisältyvät  
sosiaali- ja terveysministeriön Sosiaalisesti kestävä Suomi 2020 – strategiaan (STM 2011:1), sosi-  
aali- ja terveydenhuollon kansalliseen kehittämisohjelmaan (STM 2012:1), ikäihmisten palvelujen  
laatusuositukseen (STM 2013:11) ja vanhuspalvelulakiin (L 980/2012.) Viime vuosina on kehitetty  
erityisesti ikääntymispoliittista lainsäädäntöä ja sillä onkin tällä hetkellä kaikkein sitovin vaikutus  
yhteiskunnalliseen kehitykseen (Arajärvi 2014, 257).

### **3.3. Vanhuspolitiikasta nykypäivän ikääntymispolitiikkaan**

Ikääntymispolitiikan olemassaolo ei ole aivan uusi ilmiö, sillä jo 1900-luvun alkupuolella yhteis-  
kunnan rakennemuutokset edellyttivät huomion kiinnittämistä vanhenemiseen ja vanhuuteen sekä  
yhteiskunnallisena että sosiaalisena kysymyksenä. Jo tuolloin kehitettiin erilaisia yhteiskunnallisia

ohjelmia, joiden avulla pyrittiin säätelemään vanhuuteen liitettyjä epäkohtia. Kuitenkin vasta 1970-luvulla alettiin teollistuneiden maiden yhteiskunta- ja sosiaalipolitiikassa käyttää käsitettä vanhuspolitiikka. Silloisen vanhuspolitiikan ytimessä olivat erityisesti eläkepolitiikka, palvelujärjestelmien kehittäminen ja eläkkeelle pääsyn sääteleminen. (Koskinen 1994, 84.)

Suomalainen vanhuspolitiikka on mahdollista jakaa erilaisiin kehitysvaiheisiin. 1800-luvun lopulta toiseen maailmansotaan vallitsi köyhäinhoitovaihe, jonka jälkeen 1940-luvulta 1950-luvulle elettiin vanhuspolitiikan muotoutumisen vaihetta. Vuosina 1960–1975 vanhuspolitiikka kehittyi osaksi hyvinvointipolitiikkaa, jonka jälkeen vuosina 1975–1990 vanhuspolitiikka vakiintui osaksi yhteiskunnallista toimintaa. 1990-luvulla vanhuspolitiikkaan vaikutti vahvasti lama, joka aiheutti hyvinvointivaltion suunnanmuutoksen eli siirryttiin säästölinjalle. 2000-luvulla vanhuspolitiikkaa alettiin kutsua ikääntymispolitiikaksi ja huomio on siitä eteenpäin kiinnitetty vahvasti varautumispolitiikkaan eli varautumiseen väestön ikärakenteen muutokseen. (Seppänen & Koskinen 2010, 398.)

Suomalaisen ikääntymispolitiikan erityispiirteinä ovat väestön ikärakenteen muutoksen omalaatuisuus, suuret ikäluokat sekä kansallisen elinajanodotteen kehitys. Ikääntymispolitiikkaa ei kuitenkaan harjoiteta irrallaan globaalista politiikasta (Seppänen & Koskinen 2010, 398), sillä väestön ikääntyminen on kansainvälinen ilmiö ja sen aiheuttamiin muutoksiin pyritään varautumaan myös maailmanlaajuisesti. Kansalliseen ikääntymispolitiikkaan vaikuttavat erityisesti merkittävät kansainväliset järjestöt, kuten YK, ILO, WHO, OECD ja EU (Seppänen & Koskinen 2010, 399). Kansainvälisessä ja kansallisessa ikääntymispolitiikassa pätee yhteneväinen logiikka eli ikääntyminen on tarkoitus ottaa huomioon kaikilla politiikan aloilla niin, että kaikenikäisillä olisi yhteiskunnassa mahdollisimman hyvä olla.

Milleniumin jälkeen sosiaali- ja terveysministeriön harjoittama varautumispolitiikka on ollut vahvasti sidoksissa yhteiskunnan taloudelliseen kestävyyteen, joka väistämättä horjuu väestön ikärakenteen muuttuessa. Varautumispolitiikan aikakaudella huomio on kiinnitetty myös vanhusten palveluihin. Ennen vanhuspalvelulain voimaantuloa ikäihmisten karttuvaa väestönosaa ei erikseen huomioitu lainsäädännössä, vaan koko väestö oli oikeutettu sosiaali- ja terveyspalveluihin tarpeen mukaan. Vanhuspalvelulain myötä laissa on turvattu sosiaali- ja terveyspalvelujen saaminen myös iän perusteella etenkin kaikkein iäkkäimmälle väestönosalle. (STM 2010:19.)

Ikääntymispolitiikan tärkein tehtävä on kiinnittää huomio ikäihmisten asemaan, oikeuksiin ja palveluihin. Väestön ikärakenteen muutokset edellyttävät yhteiskunnallisia toimia, jotta tilanteen aiheuttamat muutostarpeet tunnistetaan, jotta tarvittavat toimenpiteet voidaan toteuttaa ja jotta toimenpi-



teiden toteuttaminen voidaan turvata. Ikääntymispolitiikan käyttämä informaatio-ohjaus ei ole aina tehokkain väline tavoiteltaessa toimenpiteiden onnistunutta toteutumista. Viime vuosina lainsäädännön roolia onkin vahvistettu osana ikääntymispoliittisten tavoitteiden turvaamista. Koska käytännön toimenpiteiden toteuttaminen on pääasiassa kuntien vastuulla, on tavoitteiden toteutuminen kontekstisidonnaista. Saavutetut tulokset ovat vahvasti riippuvaisia kuntien yksilöllisistä tekijöistä ja niiden erilaisista toimintakulttuureista, joten ikääntymispolitiikkaan liittyvät toimenpiteet eivät toteudu samalla tavalla eri puolilla Suomea. (Voutilainen 2013, 299–303.)

Sirkka-Liisa Kivelä ja Sari Vaapio (2011) toteuttivat vuonna 2009 tutkimuksen siitä, miten ikääntymispoliittiset tiedot ja suositukset siirtyvät ikääntyneiden ja vanhusten palveluihin ja hoitoon. Tutkimuksen aineisto muodostui Suomen Senioriliike -yhdistyksen tekemän kirjoituspyynnön perusteella, jossa iäkkäitä ja heidän omaisiaan pyydettiin kirjoittamaan kokemuksiaan vanhustenhoidosta. Viidesosa kirjoituksista kuvasti hyviä kokemuksia vanhustenhoidosta, mutta suurin osa kertoi vain huonoista kokemuksista. Tutkijat päättelivät aineistonsa perusteella, että maassamme on hyvää ja osin jopa erittäin hyvää vanhustenhoitoa. Toisaalta vanhuspalveluissa ja hoidossa näyttää olevan merkittävää laadullista eroavaisuutta, joka aiheuttaa ikäihmisten eriarvoisuutta. Ikääntymispolitiikan tärkeimpiä tavoitteita on ikääntyneiden tasa-arvoisuuden turvaaminen ja sen tukena ovat sekä lainsäädännölliset että eettiset perusteet. Yhdenvertaisuuden toteutuminen on kuitenkin haastavaa, sillä jokainen kunta ja hoitoyksikkö edistävät ikääntymispoliittisia tavoitteita omien resurssiensä mukaisesti. Tehdystä tutkimuksesta käy ilmi, että ikääntymispoliittiset suositukset ja gerontologinen tieto eivät vielä siirry käytännön vanhustyöhön ongelmitta. (Kivelä & Vaapio 2011, 203–220.)

Tutkimuksessaan Kivelä ja Vaapio (2011) päättelivät, että vanhustenhoitoon liittyvien kielteisten kokemusten syyt juontavat juurensa 90-luvun lama-aikaan ja väestörakenteen nopeaan ikääntymiseen. Lama-aika aiheutti vielä näihin päiviinkin kestäneen taloudellisten arvojen ylikorostumisen. Nopea väestön ikääntyminen yhdistettynä sosiaali- ja terveystaloudellisten voimavarojen heikkenemiseen aiheuttivat sen, että ikääntymiseen ei ole kiinnitetty riittävästi huomiota. Vanhustenhoitoon liittyvän koulutuksen kehittäminen on jäänyt vähäiseksi, eikä vanhustenhoitoa ja vanhustyötä kokonaisuudessaan ole vielä kehitetty tarpeenmukaiseksi. Kuntien itsemääräämisoikeuskin heikentää ikääntymispolitiikan mahdollisuuksia vaikuttaa kattavasti kuntien omaksumiin toimintatapoihin. Myös yleisellä asenneilmapiirillä on vaikutuksensa, sillä ikääntymisestä ja ikäihmisistä kielteiseen sävyyn puhuminen mahdollistaa ikäsyrjinnän eli syrjinnän iän perusteella. (Kivelä & Vaapio 2011, 203–227.)

Tarja Aaltonen, Lea Henriksson, Tiina Tiilikka, Heli Valokivi ja Minna Zechner (2014) tutkivat sosiaali- ja terveystieteiden asiakirjojen antamaa kuvaa vanhusten hyvästä elämästä. He halusivat myös tietää, miten vanhukset itse kuvaavat selviytymistään arjessa ja miten hyvän elämän osatekijät ilmenevät heidän arjessaan. Tutkimuksessa hyvää eli elämisen arvoista elämää kuvasivat kokemus, perustarpeet, sosiaaliset suhteet, osallistuminen ja minuus. Tutkimuksessa havaittiin, että hyvän elämän tavoittelu ilmeni sekä asiakirjoissa että vanhusten omista käsityksistä. Sekä Kivelän ja Vaapion (2011) että Aaltosen ym. (emt.) tutkimuksen valossa näyttää siltä, että kaikki poliittiset tavoitteet ja vanhusten omat kokemukset hyvästä elämästä ja arjen sujumisesta eivät kohtaa. Tästä huolimatta Aaltosen ym. tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että poliittiset asiakirjat ja vanhusten käsitykset kohtaavat kuitenkin esimerkiksi kotona asumisen ja aktiivisen osallisuuden kaltaisissa tavoitteissa. (Aaltonen ym. 2014.)

## **4. IKÄ, IHMINEN JA VANHUUS**

Vanhuus ja ikääntyminen ovat yksilöllisesti vaihtelevia kokemuksia. Siinä missä joku kokee elävänsä ikääntyessään elämänsä parasta aikaa, joku toinen odottaa jo kuolemaa. Elämän rajallisuuden vuoksi emme voi elää kuinka kauan tai miten tahansa. Elinympäristömme asettavat ikääntymiselle rajoja, sillä oman itsemme lisäksi ikääntymisen kokemukseen vaikuttavat myös muut ihmiset ja koko elämänpiirimme kuuluvat yhteiskunnat käsityksineen.

### **4.1. Iän määrittämisen tapoja**

Ikä on kulttuurinen väline eli konstruktio, jolla ihmisiä merkitään. Iän avulla määritellään yksilön identiteettiä ja ihmiset asetetaan keskenään erilaisiin valta- ja auktoriteettisuhteisiin. (Nieminen 2014, 75.) Kulttuurisen näkökulman lisäksi iällä mitataan yksilön elämän pituutta ja osoitetaan hänen yhteiskunnallisia velvollisuuksiaan (Nikander 1999, 30). Yksilön kannalta ikä määrittyy sosio-kulttuurisesti eli siihen vaikuttavat tiettyyn ikään liitetty sopiva käyttäytyminen, pukeutuminen, tekeminen, tietäminen ja puhuminen. Ikää ei siis ole olemassa ilman, että sille annetaan jokin merkitys. (Tikka 1994, 91.) Vincent (2003) toteaa ikääntymisen merkitykselliseksi erityisesti ihmisyyksilön elämänrytmin kannalta. Hänen mukaansa ikääntyminen yhdistää elämän keston, ajan käytön ja elämänvaiheiden jaksot mielekkäästi keskenään. (Vincent 2003, 7.)

Yhteiskunnallinen aika- ja ikätietoisuus saivat alkunsa teollistumisen yhteydessä. Erilaiset sosiaalipolitiikkaan ja hyvinvointiin liittyvät instituutiot, kuten oppivelvollisuus, täysi-ikäisyys ja vanhuuseläke, korostivat iän merkitystä sosiaalisen elämän järjestäjänä. Samaan aikaan psykologiassa kehit-

tyi iän kehitykseen ja elämänvaiheisiin liittyviä teorioita ja biologiassa kiinnostuttiin iän aiheuttamista muutoksista. Näiden kehitysvaiheiden yhteydessä yhteiskunnassa alkoi muotoutua sosiaalisesti määritelty ikäidea, joka sisälsi eri ikäryhmiin ja elämänvaiheisiin liitettyjä normeja, odotuksia ja luokituksia. (Julkunen 2008, 15–16.) Vincentin (2003, 8) mukaan ”ikä ei ole vain ritualisoitu, vaan se on myös byrokratisoitu”. Tällä hän tarkoittaa, että erilaisten kulttuurisesti ja sosiaalisesti sisällytettyjen ikäkäsitysten lisäksi ikä on myös otettu osaksi yhteiskunnallista elämää määrittämään yksilön oikeuksia ja velvollisuuksia.

Peter Laslett (1989, 24–27) on määritellyt iän viisijaon, jonka mukaan ikää voidaan tarkastella kronologisena, biologisena, sosiaalisena, psykologisena ja subjektiivisena kokonaisuutena. Länsimainen yhteiskunta korostaa etenkin kronologista ikää eli yksilön kalenteri-ikää. Kronologista ikää pidetäänkin hyvänä keinona objektiiviselle vertailulle, yksilön sijoittamiselle historialliseen aikaan ja yksilöiden luokittelulle (Nieminen 2014, 76). Kalenteri-ikä nähdään suoraan etenevänä (Uutela & Palosuo & Haukkala 1994, 15), joten sillä on kulttuurisesti määritelty alku ja loppu. Lisäksi ikään liittyvien elämänvaiheiden sijoittuminen elämänselkään on sopimuksenvaraista ja yhteiskunnissa eri tavoin institutionalisoitua (Marin 1996, 6-7). Kronologisen iän korostaminen saattaa aiheuttaa ristiriitaa verrattaessa ikääntyneiden toiminnallista ikää kalenteri-ikään, sillä ikäihmiset ikääntyvät eri tahtiin ja samanikäisten toimintakyvyssä voi olla suuria eroja (Tikka 1994, 86).

Biologinen ikä tarkoittaa lääketieteellisesti määriteltyä ikää, jonka avulla ihminen voidaan sijoittaa biologiselle elinkaarelle (Uutela ym. 1994, 15). Biologinen vanheneminen aiheuttaa ihmisen elimistön muutoksia, jotka toimintakyvyn heikentyessä saattavat johtaa sairastumiseen. Mitä iäkkäämmästä ihmisestä on kyse, sitä todennäköisemmin toimintakyky on heikentynyt ja ihminen tarvitsee apua jokapäiväiseen elämäänsä. (Jylhä ym. 2008, 116–120.) Biologinen ikä kuvastaa sitä, miltä keho näyttää ja tuntuu (Tikka 1994, 87). Elinajan pidennettyä kuolema on siirtynyt vanhempaan ikään, joten yksilön merkittävin avun ja erilaisten palvelujen tarve liittyy biologiseen ikään ja kuoleman läheisyyteen (Jylhä ym. 2008, 116–120). Biologisessa mielessä ihmisen vanhenemisen alkaminen liitetään lisääntymisen loppumiseen, joka ajoittuu 50–60 vuoden ikään (Portin 2013, 114).

Kronologisen ja biologisen iän tarkastelu on yhteiskuntamme tyypillisimmät tavat määritellä ikään liittyviä tapahtumia elämän kuluessa. Ikä ei kuitenkaan ole vain ihmisen ulottumattomissa oleva, vääjäämättä etenevä tapahtuma, vaan iän kokemiseen liittyvät myös sosiaalinen ja yksilöllinen puolensa. Iän sosiaalinen ulottuvuus muodostuu vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Yhdessä muiden kanssa ja peilaamalla muita yksilö määrittää itsensä ja ympäristönsä välistä ikäsuhdetta. Sosiaalisessa kanssakäymisessä muodostuvat yhteisöjen ja yhteiskuntien tavat ymmärtää ikä, ikään-

tyminen ja siihen liitetyt normatiiviset ja moraaliset odotukset. Sosiaaliseen ikään liittyvä aikakäsitys sisältää tietyn kulttuurin; sen tavat, asemat, roolit ja odotukset, joten se määrittelee esimerkiksi yksilön suhdetta työhön ja läheisiinsä. (Uutela ym. 1994, 15.)

Psykologista ikää tarkasteltaessa ajan kokemisella on suuri merkitys. Psykologisesti koettu aika korostaa erityisesti yksilön toimintakykyisyyttä ja sopeutumiskykyä erilaisiin muutoksiin. (Uutela ym. 1994, 15). Ihmisen psykologinen ikä osoittaa sen, minkä yksilö itse kokee saavuttaneensa suhteessa tavoitteisiinsa tai toisiin ihmisiin. Psykologinen ikä määrittyy aina uudelleen elämän kriisitilanteissa, kuten kohdattaessa vakava sairaus tai kuolema. (Tikka 1994, 93.) Subjektiiivinen ikä puolestaan kuvastaa ihmisen ajatonta minuutta, joka on suhteellisen pysyvä osa ihmisyyttä. Subjektiiivinen ikä mukautetaan osaksi eri elämänvaiheita, mutta se on osoitus kronologisen iän merkityksellisydestä. (Marin 1996, 4-5.) Vanhakin voi kokea uudelleen lapsuuden tunteita, palata aikaan ja tunnetilaan silloin ennen. Ihmisyys eli koko eletty elämä, on mukanaamme kaiken aikaa. Iän kokemus kasautuu kokemusten ja muistojen avulla niin, että eletyt iät ovat aina osa yksilöä. Gothonin (2007, 13–14) sanoin ”vanha ihminen ei ole koskaan yksinomaan vanha, vaan myös hänen nuoremmat minänsä ovat läsnä hänen nykyisyydessään”.

Kronologista ikää tarkastelemalla ei voida enää ennustaa yksilön elämäntulkua, sillä aiemmin yhteiskunnassa vallinneet tiukat ikäsidonaisuudet ovat osittain kumoutuneet (Gothi 2007, 14). Ikärajojen joustavuus on mahdollistanut elämäntulkun yksilöllistymisen niin, että esimerkiksi koulutus, työelämä, perheen perustaminen ja eläkkeelle jääminen voivat toteutua erilaisin variaatioin eri vaiheissa elämäntulkua (Nieminen 2014, 77). Yksi vaihtoehto on puhua siirtymästä kohti yhdenikäisyyden kulttuuria, jonka myötä kronologisen iän merkitys alkaa vähentyä ja ihmisen identiteetti määrittyy pikemminkin elämäntyyliin, kulutustottumusten ja harrastusten kuin iän kautta (Nikander 1999, 29). Kronologiseen ikään liitetyt ikäsidonaisuudet ovat siis muuttuneet suhteellisiksi ja sopeutumisenvaraisiksi, joten ikää merkityksellisemmäksi on yhä useammin muodostumassa ihmisten toimintakykyisyys.

Ikä ja vanheneminen nähdään eri tavoin eri yhteyksissä. Siihen vaikuttavat kulttuuri, aikakausi, ympäristö ja sosiaalinen vuorovaikutus, jossa iälle annetaan erilaisia merkityksiä ja sitä tulkitaan eri tavoin tilannekohtaisesti (Jyrämä 1996, 110). Peter Laslettin (1989, 24–27) muodostaman iän viisijaon lisäksi ikää voidaan tarkastella myös kehityksellisestä, institutionaalista, juridista, toiminnallisesta, persoonallisesta, ruumiillisesta, rituaalisesta ja symbolisesta näkökulmasta käsin. Tarkastelutapojen paljous osoittaa sen, ettemme elä vain yhtä ikää, vaan näkökulmasta riippuen ikäämme voidaan suhtautua monin eri tavoin. Ikää ajatellaan tyypillisesti poikkileikkauksena, mutta

kokemuksellisesti vanhuutta voidaan kuvata kasautuvana ja kerroksellisenä. Näin ollen yksilö kokee vanhuutensa vain harvoin pelkkänä vanhuutena. (Gothoni 2007, 13–14.) Päinvastoin vanhuudessa korostuu koko eletty elämä muistoinen ja ikäihmiselle itselleen iän merkitys saattaa ajan kuluessa menettää lopulta jopa merkityksensä (Marin 1996, 6–7).

#### 4.2. Ikäihmisen käsite ja mielikuvia vanhuudesta

Vanhoja ihmisiä voidaan yhteiskunnassa nimittää lukuisilla eri tavoilla, sillä jokaisella yhteiskunnalla on oma tapansa määritellä vanhuus sosiaalisena kategorianaan (Kaskiharju 2004, 277). Kieli on tapamme hahmottaa maailmaa ja luoda siitä mielikuvia (Gothoni 2007, 11). Toisin sanoen kiellemme sekä tuottaa että heijastaa todellisuuttamme (Tainio 1999, 257). Tehdyt käsitevalinnat eivät ole yhdenmukaisia, sillä ne vaikuttavat suhtautumistapaamme kohdata kyseessä olevat ihmiset. Käsitteiden avulla ihmiset ja asiat tehdään näkyviksi tai jätetään näkymättömiksi (Gothoni 2007, 11–13). Käsitteiden valinta vaikuttaa siis siihen, millainen mielikuva asiasta syntyy. Hyvä esimerkki siitä, miten ikääntyviin liittyvien käsitteiden valinta voi vaikuttaa mielikuviin, on Helsingin Sanomien Kuukausiliitteessä vuonna 1993 listatut ikääntyneitä koskevat ilmaukset:

*”Rakkailla vanhuksilla on monta nimeä: seniorikansalaiset, kalkkikset, iltapuolen jengi, keppikansa, harmaat panterit, vanhat pierut, eläkepommit, kollaa kestää – tyypit, ohiammutut, kävyt, köpit, teräsvaarit, nitrobarbit, senkut, kääkät, kääntyt, nitrot, papparaiset, kultaisen iän edustajat, homekorvat, supermummut, jäkälät, fossiilit, muumiot, dementit, kolmasikäiläiset, seniilit, crimlene-mummot, nutturapäät, tukisukkakan-sa...”*

Ikäihmisen ja muiden ikääntymiseen liittyvien käsitteiden määrittely on sidoksissa yhteiskunnan poliittisiin ja tilannesidonnaisiin tekijöihin. Tiedotusvälineissä ja yhteiskunnallisessa keskustelussa käytetään ajan hengen mukaisia käsitteitä, jotka muodostavat sen todellisuuden jossa ikäihmiset vanhenevat. Käytössä olevat käsitevalinnat vaikuttavat esimerkiksi yhteiskunnan normijärjestykseen, lähiyhteisöjen arvostukseen ja työkuulttuuriin. (Mikkola 2014, 19–20.) Monet vanhuuteen viittaavat käsitteet on epämääräisiä, sillä niitä ei ole määriteltä täsmällisesti. Niiden sisältö voi myös vaihdella tilanteesta ja sosiaalisesta yhteydestä toiseen. (Jyrkämä 1990, 87.) Kuitenkin se, miten kutsumme ikäihmisiä, vaikuttaa myös siihen, miten ikäihmiset itse kokevat heihin kohdistuvan arvostuksen (Helander 2006, 16).

Kaikkia miellyttävän käsitteen löytäminen on vaikeaa, koska vanheneminen ja vanhuus ovat subjektiivisia eli vahvasti ikäihmisen omiin kokemuksiin liittyviä asioita (Koskinen 2007, 37). Vanhusbarometrissä (1999) kartoitettiin ikääntyneiden omia käsityksiä siitä, mikä olisi paras ilmaisu kuvaamaan yli 60- ja yli 80-vuotiaita. Tulosten mukaan erilaiset ikääntymiseen liittyvät termit saivat eniten tukea. Yli 60-vuotiaiden kolmeksi parhaimmaksi nimitykseksi paljastuivat käsitteet eläkeläinen,

ikäntyneet ihmiset ja seniori. Vasta yli 80-vuotiaita haluttiin kutsua vanhuksiksi, mutta heidän osaltaan kannatusta saivat myös käsitteet iäkkäät ihmiset ja ikäihmiset. (Vaarama, Hakkarainen & Laaksonen 1999, 4-5.) Nykyisin suositaankin yleisesti ikä-alkuisia käsitteitä eli puhutaan ikääntymisestä, ikäihmisistä ja iäkkäistä henkilöistä. Tässä tutkimuksessa käyttämäni käsitteet ikääntyminen, ikääntynyt väestö, ikäihminen ja iäkäs henkilö perustuvat sosiaali- ja terveystieteiden ikääntymispolitiikassaan yleisesti käyttämiin termistöihin. Tutkimukseni kannalta ikäihmisen käsite kuvaa hyvin yksilöä osana yhteiskunnan toimintakokonaisuutta ja se korostaa ikääntymistä yksilöllisenä kokemuksena ottamalla huomioon myös ikääntymisen kulttuurisen ja yhteiskunnallisen ulottuvuuden.

Eija Kaskiharju (2004) tarkastelee artikkelissaan erilaisia vanhoista ihmisistä käytettyjä ilmaisuja ja nimikkeitä. Hänen mukaansa käsite ikäihminen on ollut jo 1950-luvulla varsin vakiintuneessa käytössä. Uusiokäyttöön termi tuli 1980-luvulla ikäihmisten yliopistojen perustamisen yhteydessä (Kaskiharju 2004, 278–279) ja nyt vuonna 2015 termi on noussut etenkin ikääntymispoliittisen termin kärkeen. Aiemmin käytössä olleet käsitteet, kategoriat ja mielikuvat eivät enää sellaisenaan palvele vanhuuden pidentynyttä elämänvaihetta ja moninaista ikääntyneiden joukkoa (Nikander 1999, 34–38). Käsitteet vanheneminen, vanha ja vanhus ovatkin jääneet taka-alalle, sillä esimerkiksi vanhus-käsitteellä on alettu kutsua yhä vanhempia, iältään 80–85-vuotiaita ikääntyneitä (Koskinen 2007, 37). Käsitteiden nykyaikaistumisen myötä ikääntyneisiin liittyvä kielenkäyttö ei ole kuitenkaan yksinkertaistunut, vaan vanhat käsitteet ovat jääneet käyttöön uusien käsitteiden rinnalle (Helander 2006, 17).

Vuonna 2012 voimaantulleessa vanhuspalvelulaissa (38) tarkoitetaan ikääntyneellä väestöllä vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä (L 980/2012.) Käsitteitä eläkeläinen ja kansaneläkeläinen alettiin käyttää 1950-luvulla kansaneläkelain säätämisen myötä (Kaskiharju 2004, 278). Eläkeläisen käsite on kuitenkin epätarkka, sillä kansaneläkejärjestelmän eläkeikä alkaa vasta 65-vuotiaana ja erinäisiin siirtymäsäännöksiin liittyviä vanhuuseläkeikiä on yhä voimassa (Arajärvi 2014, 261–262). Eläkeläisen käsite kuvaa myös henkilöitä, jotka ovat työvoimaan kuulumattomia työikäisiä, joten eläkkeellä voi olla myös nuori, sairauden tai muun syyn takia eläkkeelle joutunut henkilö (Helander 2007, 17–18). Yli 63 vuotta täyttänyttä väestönosaa on kutsuttu myös käsitteillä seniori ja seniorikansalainen, mutta käsitteet eivät varsinaisesti ole juurtuneet suomalaiseen kielenkäyttöön (Koskinen 2007, 37). Vanhusbarometrin (1999) mukaan ikääntyneet pitivät kuitenkin termiä seniorikansalainen kolmanneksi parhaana ilmaisuna kuvaamaan yli 60-vuotiasta väestönosaa (Vaarama ym. 1999).

Vanhus-käsitteeseen suhtaudutaan ristiriitaisesti. Toiset ikäihmiset eivät välitä siitä, millä käsitteellä heitä kutsutaan, mutta toiset ovat varsin ehdottomia sen suhteen, ettei ainakaan vanhus-käsitteellä. Vanhus on stereotyyppisesti latautunut käsite, joka yleistää vanhukset keskenään samanlaisiksi: raihnaisiksi, heikoiksi, sairaiksi. Tainio (1999, 257) toteaa artikkelissaan, että vanhus-käsite ei kuvaa toimijaa aktiivisena ja tietoisena, vaan lähinnä erilaisen tarkastelun ja määrittelyn kohteena. Kyseistä ilmiötä kuvaa esimerkiksi vanhushuolulaki, jossa vanhus-käsitettä vastaavalla iäkkäällä henkilöllä tarkoitetaan henkilöä, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykkinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien tai vammojen vuoksi taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta (L 980/2012.) Iäkkään väestönosan määrittelemisen kannalta on tarpeenmukaista, että huomio kiinnitetään iän sijasta toimintakykyyn (Arajärvi 2014, 264). Näin ollen toimintakyvyn huomioiminen turvaa palvelujen saannin heillekin, jotka ikänsä puolesta eivät vielä kuuluisi iäkkäälle henkilölle oikeutettujen palvelujen piiriin.

Vanhuuteen liitetyt käsitteet muodostuvat yhteiskunnan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja niiden avulla muodostetaan mielikuvia ikääntyneistä ja ikääntymisestä kokonaisuudessaan. Käsitteille on tyypillistä niiden ristiriitaisuus. (Kaskiharju 2004, 280.) Osittain tämä ristiriitaisuus selittyy Marinin (2002, 100) mukaan sillä, että vanheneminen on sekä ”kokemuksellisesti että tosiasiallisesti” ikäihmisen yksilöllinen prosessi. Käsitteiden ristiriitaisuus liittyy myös niiden käyttämisen taustalla vaikuttaviin motiiveihin. Valittujen käsitteiden avulla on mahdollisuus vaikuttaa mielikuviin niin hyvässä kuin pahassakin. Tällaisia mielikuvavaikuttamisen motiiveja liittyy esimerkiksi taloudellisiin ja ideologisiin pyrkimyksiin. (Kaskiharju 2004, 280.)

Hieman toisenlainen näkökulma mielikuviin saadaan tarkastelemalla Sini Elorannan, Hannu Isoahon, Matti Viitasen, Aapo Lehtosen ja Seija Arven (2013) tutkimusta myönteisen elämänasenteen säilymisestä vanhuudessa (Eloranta ym. 2013.) Oman tutkimukseni yhteydessä elämänasenne voidaan nähdä ikäihmisen itseensä ja elämäänsä kohdistamana, yksilön sisäisenä käsityksenä vanhuudesta ja vanhenemisestä. Ikääntymiseen liittyvät käsitteet ja niiden kautta muodostetut mielikuvat kertovat yksilön ja yhteiskunnan välisestä vuorovaikutuksesta, mutta ne ovat kiinteässä yhteydessä myös ikäihmisen elämänasenteeseen. Elämänasenne kattaa ikäihmisten elämänhalun, itsensä tarpeelliseksi tuntemisen, elämään tyytyväisyyden ja tulevaisuuden suunnitelmien säilymisen sekä masentuneisuuden ja yksinäisyyden tunteiden puuttumisen. Tutkimuksen tulosten mukaan kotona asuvien ikäihmisten elämänasenne heikkeni ikävuosien 70 ja 80 välillä, mutta ikävuosien 80 ja 90

välillä ei enää tapahtunut muutoksia. Näyttää siis siltä, että positiivinen elämänasenne on mahdollista säilyttää pitkälle vanhuuteen. (Eloranta ym. 2013.)

Nikander (1999) osoittaa, että ikääntymiseen liittyviä käsitteitä voidaan ajatella myös kiertoilmauksina. Niiden tarkoituksena on piilottaa ajan kulumisen ja vanhenemisen vääjäämättömyys. Kiertoilmausten avulla on mahdollista korostaa iän myötä tullutta kokemusta, mutta toisaalta kiertoilmaukset voivat myös heikentää ikäihmisten uskottavuutta. (Nikander 1999, 218–221.) Länsimaisella kulttuurilla on mielenkiintoinen tapa leimata ihmisiä iällä, mutta toisaalta myös salailla ikä. Iän salaaminen näyttää liittyvän siihen, että ikä koetaan länsimaissa kielteisesti. (Laslett 1989, 2.) Kiertoilmaukset ja salailu ovatkin osoitus iän ja erityisesti vanhenemisen kokemisesta epämiellyttävänä. Pienen valonpilkahduksen länsimaiseen pessimistisyyteen antaa kuitenkin Tikan (1994) mainitsema yli 70-vuotiaiden taipumus pyöristää ikänsä ylöspäin. Hänen mukaansa myös syntymäpäiväkuvien julkaiseminen sanomalehdissä viittaa tietyn iän saavuttamiseen liitettyyn ylpeyteen. (Tikka 1994, 87.)

Ikään liittyvien ristiriitojen, tabujen ja pelkojen käsitteleminen eivät edisty, mikäli käsitevalinnoilla kieltäydytään näkemästä se, mistä ikääntymisessä on kyse. Kuolema on väistämätön osa elämää, mutta silti ikääntyminen ja kuolema kätetään erilaisten käsitteiden taakse, jolloin huomio kiinnittyy mukavampiin asioihin. Kaskiharju (2004) huomauttaa, että vanhuus on epämuodikasta, mutta sen sijaan uudet nimitykset vapauttavat käyttöön muodikkaampia ikäsidonnaisia käsityksiä ja rooleja. Hänen mukaansa käsitteiden jatkuva muuttuminen tekee ikänormeista poikkeamisen tulevaisuudessa yhä helpommaksi. (Kaskiharju 2004, 280–281.) Ikääntymistä onkin alettu markkinoida positiivisilla käsitteillä, jotka korostavat aktiivisuutta, toimintakykyä ja mahdollisuuksia. Terveys ja pitkä ikä on saavutettavissa oikealla ruokavaliolla, nuorentavilla seerumeilla ja oikealla asenteella. Kaikesta huolimatta lopputulos on silti jo ennalta määrätty, sillä vielä yksikään ei ole selvinnyt elämästä hengissä.

#### **4.3. Vanhuus pidentyneenä elämänvaiheena**

Elämä jaetaan erilaisiin ikäkausiin eli lapsuuteen, nuoruuteen ja aikuisuuteen tai vaihtoehtoisesti lapsuuteen, nuoruuteen, keski-ikäisyyteen ja vanhuuteen (Koskinen 2007, 37). Luokittelut vaikuttavat ihmisten tiedonkäsittelyprosesseihin ja ikään liittyviin käsityksiin (Tuomi 2000, 13). Vincent (2003) korostaa, että elämän jakaminen eri vaiheisiin mahdollistaa vanhuuden kategorian muodostamisen ja se myös antaa elämäkululle tarkoituksen (Vincent 2003, 7). Ikään liitetyt arvot ja normit ovat sosiaalisesti sopimuksenvaraisia ja ne luovat yhteiskuntaan sosiaalista järjestystä (Tuomi 2000,



13). Samalla vanhuudesta on tullut jo lapsuuttakin pidempi elämänvaihe ja se voi kestää jopa neljäkymmentä vuotta (Helander 2006, 16). Vaikka vanhuutta ja vanhoja ihmisiä onkin ollut aina olemassa, niin vanhuus ei ole kuitenkaan aina ollut yhtä selvästi erottuva elämänvaihe

Vanhuuden elämänvaiheen epämääräisyys liittyy siihen, että vanheneminen koettiin pitkään sairaudeksi tai oireyhtymäksi (Pitkänen 1991, 9). Ikääntyminen on yksilöllinen prosessi, mutta jossain vaiheessa se yleensä ilmenee fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn heikkenemisenä. Vanhuudelle on myös tyypillistä erilaisten sairauksien puhkeamismahdollisuuksien lisääntyminen, sillä ihmishenon vanhetessa sen vastuskyky alkaa heikentyä. (Jyrkämä 2008, 267–268.) Vanhuuden ja sairauden yhdistäminen näyttää siis perustuvan siihen, että sairastuminen lisääntyy vanhetessa. Mitä vanhemmista ikäluokista on kyse, sitä vähemmän on kliinisesti terveitä ikäihmisiä ja lisäksi monitautisuus on hyvin yleistä. (Heikkinen 2002, 13–15.) Näkemykset vanhuudesta sairautena juontavat juurensa siis historiaan, jolloin vanhuutta pelättiin koska siihen kuoltiin ja vanheneminen oli monin tavoin selittämätöntä (Vilkuna 1999, 43–44).

Vanhuutta oireyhtymänä selittää puolestaan ikääntymisen institutionalisoituminen eli vanhuuden muodostuminen sosiaalisesti määritellyksi iäksi. Oireyhtymäajattelu perustuu jo keskiajalla tyypilliseen tapaan kohdella tiettyjä ikäryhmiä poikkeavasti lainsäädännössä. Iän institutionalisoituminen on siis lähtöisin ajoilta, jolloin vanheneminen nähtiin väistämättömänä ja varsin lyhyenä ajanjaksona ennen kuolemaa. (Vilkuna 1999, 43–44.) Vanhuuden aiempi kohteleva sairautena ja oireyhtymänä ovat syitä siihen, miksi vanhuus on tunnustettu erityiseksi elämänvaiheeksi vasta suhteellisen vähän aikaa. Toisaalta syynä on myös se, että 1800-luvun jälkipuoliskolle asti suomalaisen vastasyntyneen elinajanodote oli vain 35–40 vuotta ja yli 80 vuotta täyttäneitä oli väestössä vain puoli prosenttia (Pitkänen 1991, 14–20). Nykyisin yli 80-vuotiaiden osuus on jo viisi prosenttia Suomen kokonaisväestöstä (Tilastokeskus 2015).

Vanhenemisesta, vanhuudesta ja vanhuksista oli puhuttu ennenkin, mutta vanhuutta ei ollut ajoitettu yhteiskunnallisella sopimuksella tiettyyn ajankohtaan. Vasta 1900-luvun alun jälkeen vanhuus alkoi saada todellista elämänvaiheelle tyypillistä pituutta. Sen mahdollistivat elinajan pidentyminen ja kuolleisuuden pienentyminen, mutta myös sosiaalipoliittiset edistysaskeleet, jotka mahdollistivat ikääntyneiden eläkkeelle pääsyn. Koko yhteiskuntaan vaikuttaneiden muutosten myötä myös käsitykset vanhuudesta sairautena tai oireyhtymänä alkoivat muuttua. Vanhenemiseen alettiin liittää myös positiivisia piirteitä, kun huomattiin, etteivät kaikki ikäihmiset ole sairaita ja raihnaisia. (Heikkinen 2002, 23.) Reilussa sadassa vuodessa käsitys vanhuudesta ei kuitenkaan ole muuttunut ainakaan mullistavasti, sillä yhä edelleen lääketiede ja sen sairauskeskeinen malli on tavanomaisin

tapa tarkastella ikääntymistä. Vaihtoehtoiseksi näkökulmaksi on tullut vanhuuden kulttuurisen ja sosiaalisen ulottuvuuden tarkasteleminen, mutta toistaiseksi siitä ei ole ollut haastajaksi sairauskeskeiselle mallille (Saarenheimo 2012, 18).

Nykyisin vanhuuden katsotaan alkavan eläkkeelle siirtymisen aikoihin eli noin 65 vuoden iässä (Pitkänen 1991, 9-14). Tarkasteltaessa nykyisin odotettavissa olevaa elinikää voidaan todeta, että vanhuus alkaa varhain ja päättyy myöhemmin kuin koskaan ennen (Mikkola 2014, 20). Eliniän pidenttynyttä korostuu se, että vielä silloinkin kun yksilön biologinen järjestelmä on jo vanhenemassa, yksilön psykologinen ja sosiaalinen kehitys jatkuvat edelleen voimakkaasti. Elämänkaaren etenemiseen ja ikääntymisen kokemukseen tällä on suuri merkitys, sillä yksilö voi tuntea olevansa henkisesti nuori, vaikka keho antaisi ymmärtää muuta. (Uutela ym. 1994, 9-10.) Ikääntyneiden omat arviot siitä, milloin ikä on alkanut heitä painaa, sijoittuu 60–70 ikävuosien välille. Vain kolmasosa 80-vuotiaista kokee olevansa vanhus, mutta toisaalta suurin osa 85-vuotiaista toteaa olevansa jo vanhoja. (Heikkinen 2013, 393–394.) Onkin sanottu, että ihminen on vanha silloin, kun hän tuntee itsensä vanhaksi (Heikkinen 2002, 6), joten kronologinen ikä ei määritä ihmisen kokonaisvaltaista kokemusta omasta iästään.

Ikääntyneiden arvioita omasta iästään kutsutaan kokemukselliseksi vanhenemiseksi. Virpi Uotinen (2005) tutki väitöskirjassaan sitä, miten subjektiivinen ikä eli yksilön oma arvio iästään on yhteydessä hänen koettuun hyvinvointiinsa ja terveyteensä. Tutkimus osoitti, että haastatelluista 65–84-vuotiaista ikäihmisistä puolet koki olevansa viidestä seitsemään vuotta nuorempi kuin kalenteri-ikänsä. Taipumus kokea oma ikäidentiteettinsä nuorekkaammaksi näyttää selittyvän sillä, että ikääntymistä koskevat kulttuuriset uskomukset ovat niin yksipuolisia, etteivät ikäihmiset pysty samaistumaan niihin. Nuorekas subjektiivinen ikä voi myös tukea yksilön positiivista minäkuva ja tunnetta elämän mielekkyydestä. Toisaalta tutkimus osoitti myös sen, että toinen puoli haastatelluista ikäihmisistä koki itsensä ikäisekseen. Itsensä ikäisekseen tunteminen oli jaettavissa ikäihmisten ryhmiin, jotka kokivat oman ikänsä myönteisemmin ja kielteisemmin. Myönteisyys ilmaisi kalenteri-ikä, koetun iän ja ihanneiän keskinäisen kiinteyden, kun taas kielteisyys heijasti enemmän sairauksia, masentuneisuutta ja terveytensä kokemista huonommaksi kuin muilla. (Uotinen 2005.)

Iän kokemiseen vaikuttavat myös olettamukset siitä, että muut vanhenevat itseä nopeammin eli ikäihminen havaitsee ympäristön vanhenemisen helpommin kuin oman vanhenemisensa (Heikkinen 2013, 393–394). On todennäköistä, että oman vanhenemisen heikompi huomioiminen tukee edellä esitettyä Uotisen (2005) tutkimustulosta siitä, miten ikäihmisillä on taipumus ylläpitää positiivista minäkuvaansa muuttumattomana mahdollisimman pitkään. Vanhaksi leimautumista pyritään vält-

tämään ja ikäidentiteettiä muutetaan vasta vanhenemiseen liittyvien muutosten pakottamana (Uotinen 2005). Sinikka Palomäen (2004) väitöskirjatutkimuksesta käy ilmi, että iäkkäät naiset suhtautuvat vanhenemiseensa monin eri tavoin. Iäkkäiden naisten elämänkerronnat ilmensivät eletyn elämän näkemistä mielekkäänä, sillä Palomäen mukaan naiset kohtelivat menneisyyttään nykyisyyden ymmärryksellä ja nykyisyyttään menneisyyden opettamana. Suhde omaan vanhenemiseen näyttäytyi myönteisenä, mutta suhde yksilökeskeisen kulttuurimme uhkaavaan kuvaan vanhuudesta herätti näissä ikääntyneissä naisissa halun etääntyä vanhuudesta. Tutkimus osoitti, että ikääntyneet naiset kertoivat omasta elämästään myönteisesti ja ymmärtäen, mutta vanhuuden yhteiskunnallinen ja kulttuurinen konteksti painottui varsin negatiiviseksi. (Palomäki 2004.)

#### **4.4. Kolmas ja neljäs ikä – kohti kissan päiviä?**

Elinajan pidentymisen myötä vanhuudesta ei voida enää puhua yksiselitteisenä ajanjaksona, sillä varsinainen vanhuus ei ala enää eläkkeelle jäädessä. Ennen vanhuus oli ikävaiheena suhteellisen lyhyt, eikä ikääntymiseen liittyviä erityisjärjestelyjä välttämättä edes ehditty kaivata. Nykyisin monille ikäihmisille koittaa eläkkeelle jäämisen jälkeen kissan päivät eli mahdollisuus itsenäiseen ja vapaaseen elämään oma hyvinvointi huomioiden. Suurten ikäluokkien myötä suomalaisessa yhteiskunnassa on ensimmäistä kertaa jäämässä eläkkeelle ikäjoukko, joilla on eläkkeellä jäädessään mahdollisuus hemmotella itseään sekä taloudellisesti että ajallisesti. Kuolema ei enää varjosta eläkeiän alkutaipaletta, sillä toimintakykyisten vuosien lisääntyminen on siirtänyt varsinaista vanhuutta eteenpäin.

Peter Laslett (1989) kehitti kolmannen iän käsitteen, joka mahdollistaa vanhuuden elämänvaiheen jaksottamisen. Kolmas ikä kuvastaa aikuisuuden jatkoaikaa, jonka myötä ikäihmisillä on vielä tilaisuus elää ilman iän mukanaan tuomia rasitteita. (Laslett 1989, 78 ). Ennen kolmas ikä-käsitteen käyttöönottoa eläkkeelle jäämistä ja siitä alkavaa elämänvaihetta pidettiin vanhuuden alkamisena tai siirtymisenä vanhuuden lepoon (Jyrämä 2005, 354). Elinajan pidentyminen ja toimintakykyisten vuosien lisääntyminen ovat kuitenkin siirtäneet varsinaisen vanhuuden alkamisajankohtaa myöhemmäksi, joten kolmas ikä kuvaa myönteisemmin elämänvaihetta joka sijoittuu työelämästä poistumisen ja toimintakyvyn heikkenemisen väliin. (emt., 354–356).

Laslett (1989) jakaa ihmisen elämän neljään ikävaiheeseen. Ensimmäisellä iällä hän tarkoittaa lapsuutta ja nuoruutta, jolloin ihmiset ovat riippuvaisia muista ihmisistä ja he ovat myös sosialisointia ja koulutuksen kohteita. Toista ikää hän kuvaa käsitteillä kypsyys, riippumattomuus, elannon ansaitseminen ja sosiaalinen vastuu ja velvollisuus, joiden voi ajatella tarkoittavan nuorta aikuisuutta

ja keski-ikää. Kolmatta ikää voidaan tarkastella demografisesti ja yksilöllisesti. Näin ollen se kuvastaa sekä yhteiskunnan väestörakenteellista tilaa että väestöllistä tulevaisuuden kuvaa. Yksilön kannalta kolmas ikä on uusi mahdollisuus. Se on aika, jolloin ikäihmisen vapaus riittää toteuttamaan ”yksilöllisen elämänsuunnitelmansa päämäärät”. Laslettin elämänvaiheteoriassa neljäs ikä toteuttaa ympyrän sulkeutumisen, sillä neljäs ikä varsinaisena vanhuutena ja raihnaisuutena palauttaa ihmisen tilaan, jossa hän on jälleen riippuvainen toisista ihmisistä. (Laslett 1989, 152–154.)

Ajankohdaltaan kolmatta ikää ei ole vakiinnutettu, mutta tavallisesti sen alarajana pidetään 55–60 ikävuotta ja ylärajana 80 ikävuotta (Koskinen 2007, 41). Laslett (1989, 152) toteaa, että kolmas ikä näyttäytyy toimintakykyisenä ja aktiivisena elämänvaiheena, jolloin korostuvat etenkin riippumattomuus, vapaus ja itsensä toteuttaminen. Kyseessä on elämänvaihe, jota ei täyty enää työssä käyminen, mutta sen sijaan monet muut aktiviteetit. Pitkän iän myötä kolmas ikä sisältää ”ihmisen elämänsäajan uusjaon, työn ja vapaa-ajan uudenlaisen kytköksen ja kulttuurisen muutoksen” (Koskinen 2007, 41). Voidaan myös puhua elämän täydellistymisestä (Laslett 1989, 153). Toisin sanoen kolmas ikä voidaan nähdä elämänvaiheena, jolloin on vielä mahdollista tehdä se mitä on aina halunnut, mutta jolle ei ole ennen ollut aikaa tai mahdollisuutta.

Kolmas ikä on muodostumassa sisällöltään uudeksi yhteiskunnalliseksi ikääntymisnormiksi ja sen ihanteena on etenkin toimintakykyisyys ja vapaus. On kuitenkin huomattava, että ikääntyminen on hyvin yksilöllinen tapahtuma. Yksilön toimintakyky on voinut heiketä jo ennen varsinaista eläkeikää, eivätkä kaikki eläkeläiset edes elä kolmatta ikää pidemmälle. Eläkkeelle jääminen ei siis takaa kaikille kolmannen iän kissanpäiviä, sillä esimerkiksi työssäoloajan pidentämiseksi esitetyt tavoitteet voivat viivästyttää kolmannen iän alkamisajankohtaa, eläkeläisten toimeentulo voi olla haastavaa ja joidenkin kohtaloksi koituu omaishoitajuus. (Jyrkämä 2005, 354–356.) Vanhuuden elämänvaiheen jakaminen kolmanteen ja neljäänteen ikään sisältää myös positiivisia puolia. Tedren (2003, 135) mukaan on eduksi, ettei käsitteitä kiinnitetä tiukasti kronologiseen ikään, sillä tällöin on mahdollista elää aktiivisena ja toimintakykyisenä vielä vanhuksenakin ja toisaalta voi jo varhain elää muiden apua tarvitsevaa vanhuuttaan.

Antti Kariston ja Riikka Konttisen (2004) tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä tukee ajatusta siitä, että kolmatta ikäänsä eläviä ikäihmisiä ei voi kohdella homogeenisenä joukkona. Elämäntyylejen moninaisuus korostaa ikäihmisten yksilöllisyyttä ja toimintakykyisyyttä elää täyttä elämää. Tutkimus osoittaa, että ikäihmisten elämäntyylit ja hyvinvoinnin tavoittelemisen edellyttävät etenkin energiapääomaa eli terveyttä, toimintakykyä, vitalisuutta sekä niihin liitettyä minäkuvaa. On myös todettu, että ikäihmiset kokevat elämäntyylejen jatkuvuuden kannalta tärkeimmäksi tekijäksi tervey-

den, joten ikäihmisten aktiivisuus sekä luo että ylläpitää energiapääomaa. (Karisto & Konttinen 2004.) Kaikesta huolimatta ikääntyessä muuttuvat elämäntilanteet voivat rajoittaa ikäihmisten mahdollisuuksia hyödyntää olemassa olevaa toimintakykyään, jolloin kolmannen iän tuottama, jopa moraalinen, velvollisuus olla aktiivinen, itsenäinen ja itseään toteuttava voi epäonnistua (Jyrkämä 2005, 354–356).

Perinteistä käsitystä varsinaisesta vanhuudesta edustaa nykyisin käsite neljäs ikä (Heikkinen 2000, 233). Varsinaisen vanhuuden alkaminen liitetään toimintakyvyn merkittävään alenemiseen, joten vanhuuden katsotaan alkavan noin 80-vuotiaana (Sarvimäki 2013, 95). Toimintakyvyn heikkenemisen lisäksi neljäs ikä ilmenee itsemääräämisoikeuden kadottamisena ja riippuvaisuutena toisista ja toisten tekemistä päätöksistä (Jyrkämä 2005, 357). Pohdittaessa neljättä ikää on aiheellista muistaa David Unruhin (1983) toteamus siitä, että näkyvissä olevan aktiivisuuden hiipuminen ei tarkoita, että iäkäs henkilö ei olisi mukana erilaisissa sosiaalisissa maailmoissa. Iäkkään ihmisen sosiaaliset maailmat perustuvat menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden symbioosiin, eivätkä ne välttämättä ole olemassa kuin kuvitteellisella tasolla. Yksilöllä on kuitenkin oikeus ja tarve kokea osallisuutta neljännessäkin iässä, joten osallisuuden tukeminen ja turvaaminen on yhteiskunnallisesti ja yksilöllisesti merkittävää. (Unruh 1983, 47–48.) Neljännessä iän alkaminen ei kuitenkaan ole yksiselitteisesti etenevää. On huomionarvoista, että ikääntymismuutoksia tapahtuu vähitellen, tietyt vaiheet voivat kestää pitkäänkin ja kaikkia vaiheita ei ilmene jokaisella ikääntyvällä. Tedre (2003, 135) huomauttaakin, että neljäs ikä ei välttämättä koskaan tavoita kaikkia yksilöitä ja toisaalta se myös jää monen kohdalla varsin lyhyeksi elämänvaiheeksi.

Kolmannen ja neljännessä iän käsitteiden välinen eroavaisuus tuottaa edelleen samat ongelmat kuin aiemmatkin käsitteet eli vanhuus ja kuolema ovat väistämättömiä, vaikka nimittäisimme elämän päätepistettä edeltävää vaihetta miten tahansa. Kolmas ikä korostaa aktiivisuutta, mutta neljäs ikä ilmentää väistämätöntä passiivisuuden aikaa, jota on pidetty ja pidetään yhä edelleen ilmeisen negatiivisena asiana. Erityisesti nykyaikana, jolloin aktiivisuutta ja toimintakykyisyyttä korostetaan vanhuuden tavoitteista tärkeimmiksi, on passiiviseen vaiheeseen sopeutuminen varmasti yksi eliniän vaikeimmista haasteista. Kolmannen ja neljännessä iän vastakkainasettelu tuottaa haasteita sekä yhteiskunnalle että yksilöille. Miten kohdata vanhuus, passiivisuus ja kuolema niin, että vanhus saisi tuntea olevansa arvokas? Miten yksilö voi hyväksyä oman elämänsä loppumisen ja sitä edeltävän toimintakyvyn heikkenemisen ilmapiirissä jossa ei ole sijaa passiivisuudelle? Miten voisimme löytää luonnollisen suhtautumistavan ihmisen eliniän lopullekin – sellaisen johon liittyisi rauha, kunnioitus ja arvokkuus?

Ihmisen toimintakykyisyydellä ja mielekkäällä elossapysymisellä on rajansa. Tällä hetkellä ihmisen maksimi-ikä eli korkein mahdollinen elinikä on noin 100–110 vuotta. Maksimi-ikä ei ole noussut keskimääräisen eliniän nousemisesta huolimatta, sillä ihmisten biologiset tekijät eivät ole muuttuneet. Tähän mennessä tapahtunut eliniän pidentyminen on mahdollistunut vain yksilön biologian ulkopuolisten tekijöiden muututtua otollisemmiksi. (Marin 2008, 23–24.) Näin ollen ikäihmiset elävät eläkkeelle jäätyään keskimäärin 20–25 vuotta (Jyrkämä 2013, 91). Ajanjakso on pitkä ja se oikeuttaa vanhuuden jaksottamisen, jotta ikäihmisiä voitaisiin kohdella eri vaiheissa ja erilaisissa elämäntilanteissaan elävinä yksilöinä.

Jää nähtäväksi kuinka moneen ikään ihmisen vanhuus lopulta tullaan jakamaan. Tähän mennessä vanhuuden ikäkausi on jaettu esimerkiksi nuoriin vanhoihin (65–74v), vanhoihin vanhoihin (75–84v) ja vanhoihin vanhempiin (85+) (Helander 2006, 21). Kyseinen ikäkausijaottelu vaikuttaa kömpelöltä, joten siihen verrattuna kolmannen ja neljännen iän käsite vaikuttavat hyviltä. Ne ovat jo vakiintuneet kielenkäyttöömme, mutta uusia käsitteitä muodostetaan silti kaiken aikaa. Helin (2002) on tuonut esiin uuden käsitteen viides ikä, jonka mukaan kolmas ikä edustaisi aktiivista ja toimintakykyistä aikakautta, neljäs ikä toimintakykyvajeiden ja sairastelun aikaa ja viides ikä toisten hoidon ja hoivan varassa vietettyä aikaa (Rajaniemi 2007, 21–24). Tällä hetkellä eletään aikaa, jolloin kysällä sanotaan olevan yhdeksän henkeä ja ihmisellä puolestaan parhaimmillaan jo viisi ikää. Juuri tällaisten luokittelujen pohjalta muodostamme käsityksiämme elämästä ja niiden varassa elämämme tulevat eletyksi.

## **5. SOSIAALINEN VANHENEMINEN JA VANHUSKÄSITYS**

Yhteiskunta ei ole vain olemassa, vaan se edellyttää, tuottaa ja ylläpitää sosiaalista vuorovaikutusta. Osallistumisemme yhteiskuntaan, yhteiskunnalliseen keskusteluun ja politiikkaan muodostavat meille erilaisia käsityksiä, odotuksia ja normeja siitä, miten yhteiskunnan jäsenten olisi hyvä toimia. Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa peilaamme omia odotuksiamme, käsityksiämme ja normejamme muihin. Vuorovaikutuksessa muodostuneet mielikuvamme eivät kuitenkaan aina ole kaikista totuudenmukaisimpia, vaan niihin voi sisältyä virhearviointeja tai tietämättömyyttä.

Vanhenemisemme ei tapahdu yksin, vaan siihen vaikuttavat oman käsityksemme lisäksi niiden ihmisten ja yhteiskuntien käsitykset, joiden kanssa olemme vuorovaikutuksessa. Ikääntymiseen liittyvät käsityksemme vaikuttavat toimintaamme yhteiskunnassa. Ne vaikuttavat siihen, miten hyväksymme ja toteutamme tiettyjä asioita ja toisaalta siihen miten oudoksumme ja jätämme tekemättä toisia asioita. Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa syntynyt yhteiskunnan vanhuskäsitys voi edustaa

esimerkiksi käsitystä vanhuuden välttelemisestä tai käsitystä vanhuuden ihannoimisesta. Kyse on joka tapauksessa siitä, miten vastaamme kysymykseen, kuka on tarpeeksi tai liian vanha.

### **5.1. Sosiaalisen vanhenemisen määrittelyä**

Ihminen ikääntyy biologisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Biologinen ja psyykkinen vanheneminen tarkoittavat ihmisen kehossa ja mielessä iän myötä tapahtuvia muutoksia, kun taas sosiaalinen vanheneminen tapahtuu ikääntyvän ihmisen ja hänen ympäristönsä välisessä suhteessa. Muutokset ikääntyvän ihmisen ja ympäristön välillä vaikuttavat ikäihmisen asemaan yhteiskunnassa. Tällaisia muutoksia voivat olla esimerkiksi eläkkeelle jääminen, isovanhemmuus ja toimintakyvyn heikkeneminen. (Koskinen 1994, 76.) Ihminen on osa ympäröivän yhteiskuntansa sosiaalista ja kulttuurista (sosiokulttuurista) järjestelmää, joten yksilön ikääntyminen on aina sidonnaista sosiaaliseen kontekstiinsa (Marin 2008, 23). Tässä yhteydessä sosiaalisella kontekstilla tarkoitetaan ikäihmisten voimavaroja, kokemuksia, ikääntymisen paikkoja sekä yhteiskuntaa. Sosiokulttuurisuudella tarkoitetaan osallisuuden lisäksi myös ikäihmisten toimintaa sosiaalisessa kontekstissaan. Sosiokulttuurinen toiminta kattaa yksilöllisten ja sosiaalisten prosessien vuorovaikutuksellisuuden ja kulttuurisen rakentumisen, mikä osaltaan uusintaa ja vahvistaa yksilöllisiä ja yhteisöllisiä voimavaroja. (Hakonen 2008, 33–34.)

Sosiaaligerontologia on tieteenala, jonka tarkoituksena on tutkia hyvän vanhenemisen sosiaalisuutta ja yhteiskunnallisuutta. Tällöin tarkastelun kohteena on sosiaalisen vanhenemisen suhde yksilön biologiseen ja psyykkiseen vanhenemiseen. (Jyrkämä 2008, 276.) Tiivistetysti voidaan siis sanoa, että sosiaaliseen vanhenemiseen vaikuttavat ajallisesti ja paikallisesti muuttuvat yhteiskunnalliset tekijät, jotka määrittävät ikääntymisprosessin muotoutumista. Kyse on myös vuorovaikutussuhteesta yhteiskunnan ja yksilön välillä, sillä sosiaalinen vanheneminen on yksilön, ympäristön ja yhteiskunnan välillä muodostuva ilmiö (emt., 278–279). Sosiaalinen vanheneminen on siis jatkuvaa vuorovaikutusta sosiokulttuurisen ja henkilökohtaisen välillä (Tikka 1994, 81), joten sitä voidaan tarkastella sekä yksilön että yhteiskunnan kannalta (Jyrkämä 1994, 74–78). Tällöin puhutaan sosiaalisesta vanhenemisesta makro- ja mikrotasoilla.

Sosiaalisen vanhenemisen makrotasolla tarkoitetaan niitä vaikutuksia, joita yhteiskunnalliset muutokset aiheuttavat ikääntyvän väestön asemaan esimerkiksi kuluttajina tai hyvinvointipalvelujen käyttäjinä. Tarkastelun kohteena ovat myös ne vaikutukset, joita aiheutuu ikääntyvän väestönosan määrän kasvun myötä yhteiskunnalle ja sen eri instituutioiden toiminnoille. (Koskinen 1994, 78.) Ikääntymispoliittiset toimenpiteet, kuten uuden vanhuspalvelulain kehittäminen, on ajankohtainen

esimerkki muutostarpeista, joita väestön ikääntyminen aiheuttaa yhteiskunnalle ja sen eri instituutioille. Sosiaalisen vanhenemisen mikrotasolla huomio kiinnitetään siihen, miten yksilön tulisi vanhettessaan sopeutua ikääntymisen aiheuttamiin muutoksiin (kts. luku 5.2.). Tällöin kiinnostus kohdistetaan esimerkiksi biologisten ja psykologisten vanhenemisprosessien aiheuttamiin muutoksiin yksilön ja yhteiskunnan välisissä suhteissa (Pohjolainen 1990, 26–27). Mikrotason muutokset, kuten muutokset ikäihmisten asemassa tai yhteiskunnan vanhuskäsityksissä, on kuitenkin syytä ottaa huomioon kokonaisvaltaisesti, sillä sosiaalisen vanhenemisen tasot eivät ole olemassa toisistaan erillisinä (Jyrkämä 1990, 26).

Jyrkämä (1994, 74–78) on visioinut myös erilaista tapaa nähdä yksilö- ja yhteiskuntatason sosiaalinen vanheneminen. Hänen mukaansa mikro- eli yksilötasoa voitaisiin kutsua nimenomaan sosiaalseksi vanhenemiseksi ja makro- eli yhteiskuntatasoa puolestaan yhteiskuntien vanhenemiseksi eli vanhustumiseksi. Myös toisenlainen jako yhteiskunnallisen ja sosiaalisen vanhenemisen kesken on mahdollista. Tällöin yhteiskunnallisesta vanhenemisesta puhutaan silloin, kun yhteiskunnalliset muutokset vaikuttavat ikääntyneiden elämään tai kun väestön ikääntyminen vaikuttaa yhteiskuntaan. Samalla sosiaalinen vanheneminen ilmenee ikääntymisen aiheuttamina muutoksina esimerkiksi yksilöiden käytöksessä, asenteissa tai osallisuudessa. (Jyrkämä 1990, 26–27.)

Mikro- ja makrotason tarkastelujen sekä edellä esitettyjen ehdotusten lisäksi sosiaalinen vanheneminen voidaan määritellä myös toisin. Ensinnäkin huomio voidaan kiinnittää siihen, että ikääntyminen tapahtuu aina yhteiskunnallisessa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Sosiaalisen vanhenemisen voidaankin ajatella tarkoittavan yhteiskunnan vanhuskäsitystä eli sitä, miten ikääntymistä ja ikäihmisiä kohdellaan. Joskus biologinen vanheneminen ja sairaudet saattavat aiheuttaa ikäihmiselle vähemmän ongelmia kuin esimerkiksi nuorten kielteiset asenteet ikääntyviä kohtaan. (Koskinen 1994, 76–77.) Yhteiskunnassa tapahtuvalla sosiaalisella kanssakäymisellä ja siinä toteutuvalla vanhuskäsityksellä voi siis olla merkittävä vaikutus ikäihmisten sosiaaliseen vanhenemiseen ja elämäntapaan.

Toisaalta sosiaalinen vanheneminen voidaan nähdä niinkin, että yhteiskunta vanhentaa osan kansalaisistaan. Vanhentaminen perustuu siihen, miten yhteiskunnat muodostavat toiminnassaan erilaisia säännöksiä (kuten oikeuksia, velvollisuuksia, etuuksia ja rajoituksia) luokitellakseen yhteiskunnan jäseniään iän, sukupuolen ja sukupolven perusteella. Yhteiskunta siis jaksottaa ihmisen elämäntapaa ja luo samalla sosiaalista järjestystä kronologisen, biologisen ja psyykkisen iän etenemiselle. (Jyrkämä 1990, 86.) Näillä yhteiskunnallisesti elämää jaksottavilla toimintakäytännöillä on vaikutuksensa siihen, miten yksilöt kokevat ikääntymisensä (Koskinen 1994, 77).



Kolmas näkemys sosiaalisesta vanhenemisestä korostaa ikääntymistä kokemuksellisenä ja yksilöllisenä asiana. Sosiaalisen vanhenemisen toteutuminen ei ole riippuvainen vain ikääntyneitä ympäröivästä yhteiskunnasta toimintajärjestelmästä. Ikääntyneet ovat toimivia subjekteja, jotka vaikuttavat vuorovaikutuksellisesti omaan elinympäristöönsä. (Koskinen 1994, 77–78.) Sosiaalista vanhene- mista ei siis tule nähdä vain yksisuuntaisena prosessina tai prosessina, joka toteutuu vain joko yhteiskunnan tai yksilön taholta. Onnistunein sosiaalisen vanhenemisen tarkastelu toteutuu kokonais- valtaisesti huomioimalla yksilön ja yhteiskunnan osuus vuorovaikutuksineen (emt., 78).

Jyrki Jyrkämä (1995) selvitti väitöskirjatutkimuksessaan sitä, miten yhteiskunnalliset tekijät muok- kaavat sosiaalisen vanhenemisen prosessia ja miten ne vaikuttavat ikäihmisten elämänsä elämään, toi- mintaan ja kokemuksiin suhteessa yhteiskuntaan integroitumiseen. Tutkimuksen tavoitteena oli myös selvittää ikääntymistä neljällä sosiokulttuurisesti erilaisella paikkakunnalla ja se osoitti, että ikääntyminen on vahvasti sidoksissa sosiaaliseen ympäristöönsä. Tässä yhteydessä hän tarkoitti sosiaalisella ympäristöllä iän, ikäryhmän, ajan ja ympäristön välisiä ulottuvuuksia, jotka muodosta- vat yksilön ikääntymisprosessille oman viitekehänsä. (Jyrkämä 1995.)

Vanhuuden sosiaalista rakentumista voidaan tarkastella myös kiinnittämällä huomio vanhojen sosi- aaliseen asemaan yhteiskunnassa. Vanhojen sosiaalisella asemalla tarkoitetaan sitä, miten vanhuus ilmenee ja sijaitsee yhteiskunnan osa-alueilla ja yhteiskunnan eri instituutioissa. Väestöllinen asema liittyy yhteiskunnan väestörakenteellisiin muutoksiin ja sen aiheuttamiin vaikutuksiin ikääntyneiden ja yhteiskunnan välisessä kanssakäymisessä. Sosiaalis-taloudellinen asema puolestaan kuvaa ikään- tyneiden toimeentuloa ja yhteiskunnan tarjoamien hyvinvointiin liittyvien palvelujen kattavuutta, kun taas kansalaisyhteiskuntaan ja sosiaalisiin verkostoihin kiinnittyvä ikäihmisten asema liittyy sukupolvien väliseen vuorovaikutukseen ja ajassa muuttuviin perhekäsityksiin. Lisäksi vanhusten asemaa voidaan tarkastella myös osana yhteiskunnan valtajärjestelmää, jossa ikäihmisten asemaan vaikuttavat iän lisäksi myös sosiaalinen asema. (Jyrkämä 2008, 304–307.)

Omassa tutkimuksessani merkitykselliseksi muodostuvat vanhojen subjektiivis-kokemuksellinen ja kulttuurinen asema. Subjektiivis-kokemuksellinen asema on sidonnainen yhteiskunnan vanhuskäsi- tykseen. Vanhuskäsite linkittyy yhteiskunnalliseen ilmapiiriin, joka vaikuttaa ikäihmisten koke- mukseen omasta arvostaan. Kulttuurinen asema ilmentää puolestaan yhteiskunnan tapaa nähdä ja kokea vanhuus, vanheneminen ja vanhukset. Tutkimukseni kiinnostuksen kohteina ovat yksilön käsitykset ikääntymisestään sekä yhteiskunnan vanhuskäsite, jonka muotoutumista tarkastellaan tässä yhteydessä lähinnä ikääntymispoliittisten tavoitteiden kautta. Näyttääkin siltä, että yhteiskun- nan vanhuskäsite on vahvasti aktiivisuutta korostava ja se edellyttää ikääntyviltä sopeutumista

vallitsevaan elämäntilanteeseen aktiivisella otteella – luovuttaminen tulee kyseeseen vain harvoin, jos koskaan. Tosin kuoleman edessä jokainen on polvillaan, mutta kuten jatkossa tulemme huomaamaan, vain toisilla on silloin saappaat jalassaan.

## **5.2. Aktiivisuusteoreettinen näkökulma – ikääntymällä kohti aktiivisuutta?**

Sosiaalisen vanhenemisen teorioiden avulla voidaan tarkastella ikääntymistä sekä yksilöllisellä että yhteiskunnallisella tasolla (Pohjolainen 1990, 27–36). Tässä tutkimuksessa kohdistan mielenkiinnon sosiaalisen vanhenemisen yksilötasoon, mutta tarkastelun kohteena on myös yhteiskunnan osallisuus vanhuutta tuottavana ja vastaanottavana tekijänä. Tutkimuksen kannalta merkityksellisin teoreettinen näkökulma liittyy vanhuuteen sopeutumiseen. Sopeutumisnäkökulmassa on kyse siitä, miten hyvin ikäihmiset kykenevät sopeutumaan ikääntymisen mukanaan tuomiin muutoksiin. Näkökulmaan liitetään erityisesti ikäihmisten voimavarojen käsite sekä onnistunut vanheneminen, joka voidaan saavuttaa sopeutumisen tuloksena (emt., 27).

Keskeisimmät sosiaalisen vanhenemisen sopeutumisnäkökulmaan liittyvät teorat ovat irtaantumis-, jatkuvuus- ja aktiivisuusteorat. Irtautumisteoriassa hyvä vanheneminen nähdään toteutuvan ympäristön ja ikääntyneen asteittaisella ja vastavuoroisella irtautumisella toisistaan. Irtautuminen tarkoittaa luopumista ikäsidonnaisista tehtävistä ja yhteiskunnasta vetäytymistä ottamalla ikäsidonnaiset tekijät huomioon. (Jyrkämä 2005, 356.) Irtautumisteoriassa ikääntyessä on irtauduttava aktiivisesta vuorovaikutuksestaan yhteiskunnan kanssa. Irtautumiseen suhtaudutaan luonnollisena osana elämää ja sen nähdään edistävän ikääntyvien mukautumista vallitsevaan elämänvaiheeseen. (Koskinen 1994, 79.) Jatkuvuusteoriassa hyvä vanheneminen mahdollistuu, kun ikääntyvä toteuttaa itseään. Olennaista on pitää kiinni niistä toimintamalleista, jotka ikäihminen on omaksunut jo keski-ikässä. (Jyrkämä 2005, 356.) Tällöin ikäihmisen ei olisi pakko irtautua tai luopua mistään, vaan hän voisi ylläpitää itselleen mieluisia asioita. Jatkuvuusteoriassa ikääntyneiden mukautuminen on parhaimmillaan silloin, kun he kykenevät säilyttämään elämäntyyliänsä ikääntymisestä huolimatta mahdollisimman samanlaisena kuin ennenkin (Koskinen 1994, 79).

Sopeutumista ei tässä tutkimuksessa nähdä passiivisena ja vastentahtoisena mukautumisena, vaan yksilön joustavana ja aktiivisena pyrkimyksenä ylläpitää hyvinvointiaan vanhuudessaakin. Kohdistan kiinnostukseni aktiivisuusteoriaan, sillä sen mukaan hyvä ja onnistunut vanheneminen edellyttää yleistä aktiivisuuden ylläpitämistä (Jyrkämä 2005, 356). Yhteiskunnan vanhuskäsitykseen vaikuttavan ikääntymispolitiikan tavoitteet ylläpitävät tavoitteita toimintakykyisestä ja aktiivisista ikäihmisistä, joten sosiaaliseen vanhenemiseen sopeutuminen edellyttää nyky-yhteiskunnassa aktiivisuutta.

Aktiivisuusteoria on lähtöisin jo 1950-luvulta, jolloin vanhuus alettiin ymmärtää myös aktiivisena ja toiminnallisena aikana. Teoriaa kuvaavat erityisesti käsitteet aktiivisuus, tasapaino, sopeutuminen roolimenetyksiin ja elämään tyytyväisyys. (Jyrkämä 2008, 294). Teorian mukaan ikäihmisten on mahdollista korvata ikääntymisen myötä luovutetut velvollisuudet uusilla, olemalla aktiivisessa vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa (Koskinen 1994, 79).

Aktiivisuusteorian ytimeen kuuluu ajatus siitä, että ikäihmisen on oltava aktiivisessa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa saadakseen käsityksen itsestään ja rakentaakseen minäkuvaansa. Onnistunut ja normaali vanheneminen on mahdollista, jos vain ikäihminen onnistuu säilyttämään vanhat asenteensa ja toimintatapansa ikääntyessään. Aktiivisuusteoreettista näkökulmaa on kuitenkin kritisoitu sen voimavaroja ja mahdollisuuksia korostavasta ylioptimistisuudesta. (Hakonen 2008, 156.) Siitä huolimatta aktiivisuuden korostaminen on perusteltua, sillä toiminnallisesti aktiivimpien ikäihmisten on todettu olevan parhaiten sopeutuneita ja onnellisimpia. Aktiivisuusteoreettinen näkökulma on oikeutettu myös siksi, että ikäihmisillä on oikeus tulla nähdyksi muullakin tavalla kuin stereotyyppisesti määriteltynä väestönosana. Jokainen ikäihminen ei ikääntyessään kykene aktiivisuusteorian asettamalle toiminnan tasolle, mutta silti heistä jokainen voi olla jollain tavalla aktiivinen. Aktiivisuus ei välttämättä edellytä fyysisiä voimavaroja, sillä sosiaalinen ja psyykinen aktiivisuus on mahdollista edelleen neljännessäkin iässä. Aktiivisuus on nähtävä suorituksen, pakon ja normin sijasta mahdollisuutena elää oman näköistään elämää sitä ohjaten ja siihen vaikuttaen. (emt., 156.)

On selvää, etteivät sosiaaliseen vanhenemiseen liittyvät teoriat pysy muuttumattomina, sillä sosiaalinen vanheneminen on aika-, paikka- ja tilannesidonnainen ilmiö. Yhteiskunnassa vallitseva vanhuskäsitys, kulttuuri ja vuorovaikutustilanteisiin liittyvät tekijät tuottavat muuttujia, jotka muovavat sosiaalista vanhenemista ominaiseen tapaansa. Aktiivisen vanhenemisen teoria on kuitenkin pysynyt jo vuosikymmeniä ikääntymiseen liitettynä positiivisena näkökulmana. Moderni käsitys aktiivisesta ikääntymisestä sisältää ajatuksen siitä, että yksilöiden tulee osallistua yhteiskuntaelämään kykyjensä, eikä elinvuosiensa mukaan (Julkunen 2008, 29). Aktiivisella ikääntymisellä tavoitellaan siis fyysisen, henkisen ja sosiaalisen aktiivisuuden säilymistä ikääntyessä niin, että siitä on sekä yksilölle että yhteiskunnalle etua (Heikkinen 2000, 217).

Alan Walker (2002) näkee aktiivisen ikääntymisen teollisuusmaiden hyvänä mahdollisuutena kohdata väestön ikääntymisen mukanaan tuomia haasteita. Hänen mukaansa aktiivisen ikääntymisen strategia edellyttää toimiakseen yhteistyötä kansalaisten ja yhteiskunnan välillä, jolloin valtion vastuulla on mahdollistaa, helpottaa ja motivoida kansalaisiaan. Yhteiskunnan tehtävänä on myös tarjota korkealaatuista sosiaalista turvaa tarvittaessa ja niin pitkään kuin mahdollista. Aktiivinen ikään-

tyminen voidaankin nähdä strategiana, jonka avulla kerätään yhteen tarpeelliset poliittiset päämäärät ja kohdataan väestön ikääntyminen menestyksellisesti. Se toteutuu vastaiskuna yhteiskuntien suosimalle politiikalle, joka vain ylläpitää passiivisuutta ja lyhyen aikavälin säästöjä. (Walker 2002, 121–133.)

Aktiivisen ikääntymisen strategian taustalla on näkemys kaikenikäisten yhteiskunnasta, jossa jokainen on arvotettu ja jossa jokainen voi osallistua yhteiskunnan toimintaan iästään huolimatta. Walkerin (2002) mukaan aktiivisen ikääntymisen strategia on hyvä kaikille. Kaikenikäisten kansalaisten yksilöllisen ikääntymisen kannalta strategialla voidaan lisätä elämänlaatua ja laajentaa toimintakykyisyyden ulottuvuuksia. Koko yhteiskunnan kannalta aktiivisen ikääntymisen strategia edistää ihmillisen pääoman saavuttamista sekä yhteisön osallisuuden ja solidaarisuuden laajentumista. Se myös estää sukupolvien välisten ristiriitojen syntymistä ja luo reilumpaa yhteiskuntaa. Aktiivisen ikääntymisen strategia on myös taloudellisesti tehokas tapa suhtautua ikääntymiseen, sillä sen avulla voidaan reagoida ikääntymisen aiheuttamiin taloudellisiin haasteisiin ja samalla kohentaa elämänlaatua. (Walker 2002, 133–137.)

Aktiivisen ikääntymisen strategia voi parhaimmillaan olla tehokas keino siirtää poliittinen huomio pois ikäihmistä erillisenä ryhmänä, joten huomio voitaisiinkin kiinnittää kaikkiin ikääntyviin eli koko yhteiskuntaan kansalaisineen. Walkerin (emt.) sanoin ”me olemme kaikki osa samaa projektia”. Projektilla hän tarkoittaa koko väestön väistämätöntä ikääntymistä, joten politiikan tulisi olla iätöntä kattamalla automaattisesti koko elämä alusta loppuun. On huomionarvoista, että onnistunut aktiivisen ikääntymisen strategia edellyttää politiikan tekijöiltä herkkyyttä välttää strategian liiallinen pakottavuus ja ehdottomuus, jotta sosiaaliset ja taloudelliset hyödyt pääsevät oikeuksiinsa. (Walker 2002, 137.)

Stephen Katz (2000) tarjoaa kriittisemmän näkökulman aktiiviselle ikääntymiselle. Hän tunnustaa tosiasiat eli sen, että länsimainen yhteiskunta yhdistää aktiivisuuden vanhuuden hyvinvointiin. Aktiivisen ikääntymisen näkökulma toimii virkistävänä vaihtoehtona nähdä vanhuus muunakin kuin raihnaisuutena. Katz toteaa, että aktiivisuus on korotettu yleiseksi hyväksi, ja sen tueksi on myös saatu tutkimustuloksia, jotka tukevat käsitystä fyysisen ja sosiaalisen aktiivisuuden eduista erityisesti sairaille, yksinäisille ja vammaisille. (Katz 2000, 135–152.) Länsimaista yhteiskuntaa hallitsee lääketieteelliseen ja kulttuuriseen kuvaan perustuva käsitys aktiivisuutta edellyttämästä ikääntymisestä. Samalla yhteiskunnan tukitoimista riippuvaisia ryhmiä on alettu aktivoimaan valtion taholta. Katz (2000) nimittää artikkelissaan jatkuvaa aktiivisuutta touhottamiseksi (oma suomennokseni käsitteestä *busy bodies*). Kyse on siitä, miten aktiivisuuden taustalla vallitsee käsitys yksilön

henkilökohtaisesta kasvusta ikääntyessään. Näin ollen nyky-yhteiskunnissa edellytetään vanhuksilta monenlaista selviytymistä arjessaan, joten entisaikojen ajatus ikääntyneistä tuottamattomana väestönosana on nykyisin sovitettavissa sopivalla määrällä aktiivisuutta. (Katz 2000, 135–152.)

### **5.3. Yhteiskunnan vanhuskäsitys: ikääntymispoliittinen linjaus**

Nyky-yhteiskunnassa vaikuttavat voimakkaasti kaksi erilaista vanhuskäsitystä. Biolääketieteellinen vanhuskäsitys korostaa vanhuutta sairauksina ja raihnaisuutena eli se korostaa vanhuuden negatiivisia puolia. Biolääketieteellisessä vanhuskäsityksessä vanhuus nähdään varsinaisen elämän ulkopuolisena ulottuvuutena (Koskinen 2007, 36) eli ongelmina, jotka tulisivat tavalla tai toisella poistaa. Vaikka vanhuus on nähty jo antiikin aikana sekä sairautena että toimintakykyisyytenä niin yhä edelleen biolääketieteellinen vanhuskäsitys edustaa yhteiskunnallisen näkemyksen valtavirtaa. Viimeaikaiset tieteen edistysaskeleet genetiikan saralla ovat entisestään vahvistaneet biolääketieteellisen vanhuskäsityksen kannatusta. Toisaalta uskotaan siihen, ettei terveyden, sairauksien ja elinajan pituuden osalta ole paljoakaan tehtävissä, mutta toisaalta elätellään toiveita biotekniikan ihmeestä eli kuolemattomasta ihmisestä. (Heikkinen 2002, 17.)

Sosiokulttuurinen vanhuskäsitys korostaa puolestaan vanhuuden moninaisuutta sekä ikäihmisissä ilmeneviä vahvuuksia ja voimavaroja. Sosiokulttuurinen käsitys huomioi vanhuuden historialliset, kulttuuriset ja sosiaaliset ilmenemismuodot. Se voidaan määritellä sekä sosiaalisena kontekstina että toimintana sosiaalisessa kontekstissa. Sosiokulttuurisuus sosiaalisena kontekstina yhdistää ikääntyvän ihmisen elämänsä elämänkulun ja elämänhistorian sekä ikääntymisen paikat ja yhteiskunnan vuorovaikutukseen keskenään. Sosiaalisella kontekstilla huomio kiinnitetään ikäihmisten voimavaroihin, kokemuksiin, ikääntymisen paikkoihin ja erilaisiin tapoihin ymmärtää ikääntyminen. (Hakonen 2008, 33.)

Sosiokulttuurisuus kohdistuu myös toimintaan sosiaalisessa kontekstissa, jossa ikäihmiset nähdään aktiivisina toimijoina. Toiminnassa korostuvat yksilöllisten ja sosiaalisten prosessien vuorovaikutuksellisuus ja kulttuurinen rakentuminen, jotka vahvistavat yksilöllisiä ja yhteisöllisiä voimavaroja. Sosiokulttuurisuuden toiminnallisuus ja vuorovaikutuksellisuus edellyttävät yhteiskunnan vastuuta ja sitoutumista ikääntymispolitiikkaan. Näin ollen sosiokulttuurisuus näkyy ikääntyvän yhteiskunnan arjessa metodisena, toiminnallisena ja ikäihmisten omien voimavarojen ja henkilökohtaisten tavoitteiden kautta määrittynä toimintana. (emt., 33–34.)

Vanhuskäsitys tarkoittaa siis yhteiskunnassa vallitsevaa yleistä käsitystä, ajatusta tai mielipidettä vanhoista ihmisistä, vanhuudesta ja vanhenemisesta. Se vaikuttaa siihen, millainen arvo vanhuksille

annetaan yhteiskunnassa, millaisena ihanteellinen vanheneminen nähdään ja mitkä ovat ikääntyneiden oikeudet ja velvollisuudet (Koskinen 2007, 35–36). Yhteiskunnan vanhuskäsitys on aika-, tilanne- ja kulttuurisidonnaisuutensa vuoksi dynaaminen ilmiö, joten käsitystä vanhasta ja vanhuudesta ei voida liittää aina tiettyyn pysyvään mielikuvaan. Tosin yksi tällainen jo keskiajalta säilynyt mielikuva vanhuudesta on olemassa ja se on viisauden metafora eli mielikuva valkotukkaisesta ja –partaisesta vanhasta miehestä. (Tikka 1994, 84.) Pääasiassa vanhuskäsitys kuitenkin ilmenee ajoittain muuttuvana, joten se vaikuttaa erilaisina toimintakulttuureina esimerkiksi yksittäisen maan, kunnan tai palveluyksikön tasolla (Koskinen 2007, 36).

Taina Rintala (2003) analysoi väitöskirjatutkimuksessaan suomalaisen vanhustenhuollon sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmässä esiintyneitä vanhuskuvia 1850-luvulta 1990-luvulle. Hän tutki vanhuskuvien ja vanhustenhuollon muotoutumista valtiorahallinnon virallisasiakirjoissa. Niiden perusteella oli mahdollista osoittaa vanhustenhuollon sekä vanhuskuvan ja yhteiskunnan välinen yhteys. Rintala tutki vanhustenhuollon muotoutumista myös medikalisaation näkökulmasta, jolla hän kuvasi tässä tutkimuksessa terveydenhuollon vaikutusten kasvua vanhustenhuollossa. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että vanhuskuva on muuttunut monin tavoin tutkitun 150 vuoden aikana. Vanhustenhuollossa on aina ollut monia erilaisia ja monimerkityksisiä vanhuskuvia. Ne ovat myös synnyttyään pysyneet yllättävän muuttumattomina. Tulosten mukaan biolääketieteellinen vanhuskäsitys on edelleen vallitseva, sillä terveyttä ja toimintakykyisyyttä on alettu korostaa yhä enemmän yhteiskunnallisessa päätöksenteossa. (Rintala 2003.)

Vanhuksiin on aina suhtauduttu sekä myönteisesti että kielteisesti (Seppänen & Koskinen 2010, 388–389). Ikääntymiseen on liitetty ”viisautta, valtaa, kypsyyttä, seesteisyyttä ja kunnioitusta sekä raihnaisuutta, sairauksia, sivuun joutumista, syrjintää, yksinäisyyttä, elämästä luopumista ja aineellista kurjuutta” (Julkunen 2008, 18). Biolääketieteellistä vanhuskäsitystä leimaa tyypillisesti stereotyyppisyys ja kielteisyys, joka näkyy koko vanhuuden elämänkaaren käsittämisenä ominaisuuksiltaan samanlaisten eli sairaiden, raihnaisten ja kuolemassa olevien joukoksi. Nämä kielteiset stereotypiat ovat niin vahvasti kiinni vanhuskäsityksissä, että ikäihmisten elämänviisaus ja mahdolliset voimavarat ovat vaarassa unohtua. Stereotyyppisesti ikäihmisiä myös kohdellaan vain toimenpiteiden kohteena, mutta ei aktiivisina toimijoina. (Hakonen 2008, 153.)

Toisaalta sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen näkökulmasta katsoen ikääntyminen voi parhaimmillaan aiheuttaa myös myönteisiä asioita, kuten kokemuksen, taitojen ja viisauden lisääntymistä. (Heikkinen 2002, 39). Nykyisin yhteiskuntien vanhuskäsitystä on alettu yhä tietoisemmin suuntaamaan kohti sosiokulttuurista vanhuskäsitystä, joka korostaa ikäihmistä yksilönä ja elämänsä toimi-

jana (Hakonen 2008, 38). Eliniän pitenemisen myötä ikäihmisten joukosta on tullut yhä monipuolisempi, sillä heidän terveydentilansa, toimintakykynsä, elämäkokemuksensa sekä heidän taloudelliset ja sosiaaliset voimavaransa poikkeavat toisistaan huomattavasti (Heikkinen 2002, 39). Yhteiskunta vaikuttaa kansalaistensa ikääntymiseen, mutta vastavuoroisesti myös ikäihmiset itse vaikuttavat ikääntymiseensä toimijoina. Sosiaalinen vanheneminen on sidoksissa yhteiskunnan vanhuskäsityksiin, rakenteisiin ja kulttuuriin, jotka tuottavat yksilön ja yhteisöjen arkeen ja elämäkäytäntöihin merkityksiä. Nämä merkitykset vaikuttavat yksilöiden tapaan kohdata oma ja muiden ikääntyminen. (Hakonen 2008, 47.)

Tässä tutkimuksessa ymmärrän yhteiskuntamme vanhuskäsityksen biolääketieteellisen ja sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen välisenä kamppailuna, mutta myös ikääntymispoliittisesti värittyneenä ilmiönä. Näkemykseni mukaan suomalaisen ikääntymispolitiikan ytimessä on havaittavissa aktiivisuusteoreettinen näkökulma, joka vaikuttaa yhteiskunnassamme ilmenevään vanhuskäsitykseen. Kandidaatin tutkielmassani (2012) tarkastelin sosiaali- ja terveysministeriön harjoittaman ikääntymispolitiikan tavoitteita ja toimenpiteitä. Tällöin havaitsin, että tavoitteissa on erotettavissa yhtenäinen linja. Tavoitteina korostuvat etenkin terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä ennaltaehkäisevien palvelujen aseman parantaminen. Toimintakykyisyyttä, itsenäisyyttä ja ikäihmisten mahdollisuuksia asua kotona mahdollisimman pitkään halutaan merkittävästi lisätä. Näin ollen laitoshoidoa pyritään vähentämään. Tavoitteissa korostetaan ikäihmisten mahdollisuuksia vaikuttaa yhteisön toimintaan ja palvelujen kehittämiseen. Sosiaali- ja terveydenhuollon lakisääteisyys myötä tavoitteissa korostuvat myös oikeudenmukaisuuden, turvallisuuden ja ikäihmisten yksilöllisyyden huomiointi. Ikääntymispolitiikan suurin huomio kiinnitetään kuitenkin ikäihmisten aktiivisuuden, toimintakykyisyyden ja terveyden edistämiseen. (Rautava 2012.)

#### **5.4. Ikääntymisen voimavara- ja haavoittuvuusnäkökulma**

Ikääntymisen voimavara- ja haavoittuvuusnäkökulma ovat muotoutuneet biolääketieteellisen ja sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen pohjalta. Niiden avulla on mahdollista kohdata erilaisia käsityksiä ikääntymisestä. Modernissa keskustelussa on pyritty kiinnittämään huomio erityisesti ikääntymisen myönteisiin puoliin (Koskinen 2007, 19). Ikääntymisen myönteisyyttä tukevassa voimavaranäkökulmassa tuodaan ilmi ikäihmisissä ja ikääntyvässä yhteiskunnassa oletettavasti lymyävät voimavarat. Tavoitteena on tukea ikääntyneiden sisäistä vahvistumista ja osallisuutta omien asioidensa ajamiseen. (Julkunen 2008, 21.) Fyysisten, psyykkisten, sosiaalisten ja ympäristöllisten voimavarojen nähdään mahdollistavan ikääntyneelle laadukkaan elämän (Hakonen 2008, 122). Eliniän pitenemi-

nen tukee osaltaan voimavaranäkökulmaa, sillä ikäihmisten toimintakykyisten vuosien ylläpitäminen on eduksi sekä yhteiskunnallisesti että ikääntyneille yksilöllisesti (Julkunen 2008, 21).

Voimavaranäkökulman vastakohtaa eli biolääketieteellistä vanhuskäsitystä edustavassa haavoittuvuusnäkökulmassa tiedostetaan se tosiasia, että kaikilla ikäihmisillä ei ole riittävästi voimavaroja kohdata ikääntyminen ja sen mukanaan tuomia haasteita aktiivisesti ja onnistuneesti. Haavoittuvuusnäkökulmassa huomio kiinnitetään erityisesti yhteiskunnassa ilmenevään ikääntyneiden keskinäiseen eriarvoisuuteen ja elämänlaadun puutteisiin. Näkökulman tarkoituksena ei ole kuitenkaan vahvistaa vanhuuteen liitettyjä stereotypioita ja kielteisiä mielikuvia, vaan lähinnä tasapainottaa voimavaranäkökulmaan liittyvää ylioptimistisuuden vaaraa. (Julkunen 2008, 22.) Loputtomasta voimavarojen etsimisestä ja hyödyntämisestä huolimatta on myös kohdattava ja hyväksyttävä ne ikäihmiset, joilla ei ole käytössään aktiivisuuden tarvittavia voimavaroja.

Voimavara- ja haavoittuvuusnäkökulmien olemassaolo on perusteltua ja tarpeellista, sillä niiden avulla on mahdollista kiinnittää huomio ikäihmisten huomioimiseen ja tunnustamiseen yhteiskunnan osana. On kuitenkin huolestuttavaa, jos voimavaranäkökulma peittää alleen sen tosiasian, että jopa kolmannes ikääntyneistä saattaa ikääntyä varsin huonosti, eikä osa heistä kohtaa edes kolmatta ikäänsä terveenä ja toimintakykyisinä (Julkunen 2008, 30). Heidän ikääntymistään kuvaavat raihnaisuus, sairauksien kertyminen, dementia sekä epäinhimillinen kuoleman kohtaaminen (Koskinen 2007, 44). Aktiivisuutta ihannoitaessa on se vaara, että heikommassa asemassa olevat ikääntyneet saavat vanhuuden leimansa lisäksi vielä epäonnistuneenkin leiman (Saarenheimo 2012, 26). Vanhenemiselle yksilö ei voi mitään, mutta aina ei voi vaikuttaa myöskään toimintakykyynsä tai terveydentilaansa.

Marin (2002) kutsuu tilannetta normatiivisen paineen uhaksi, jolloin ikäihmisten aktiivisuutta korostetaan luomalla tarpeetonta painetta heille, joilla ei välttämättä ole voimavaroja tai halua toimia odotetulla tavalla. Yhteiskunnan kannalta aktiivisuuden korostaminen voidaan nähdä toisaalta vilpittömänä pyrkimyksenä edistää ikäihmisten hyvinvointia, mutta toisaalta se voi myös ilmentää yhteiskunnan pakottavaa tarvetta edistää aktiivisuutta, jotta ikääntyvän väestön palvelujen, hoidon ja hoivan tarpeita voitaisiin rajoittaa. Tätä näkökulmaa tukee myös se näkemys, että riittävä aktiivisuus edistää ikäihmisten mahdollisuuksia asua kotona itsenäisesti mahdollisimman pitkään. (Marin 2002, 28.) Lopulta sillä ei ole mitään merkitystä, onko yhteiskunnan aktiivista ikääntymistä tukevan ajatuksen taustalla vilpitön huoli vai hyötymistarkoitus, sillä ikääntyvien hyvinvoinnin edistäminen on kaikkein tärkeintä. Taloudelliset motiivit eivät haittaa, kunhan riittävän hyvä vanhuus turvataan



jokaiselle. Inhimillisesti riittävä ei ole ihan vähän, joten yhteiskunta ei missään nimessä tule pääsemään helpolla.

Aktiivisuusteoreettisesti asetetut tavoitteet oikeanlaisesta ikääntymisestä saattavat kuitenkin muuttua kohtuuttomaksi pakoksi, mikäli poliitikot eivät noudata strategian toteuttamisessa vaadittavaa herkkyyttä ja ehdottomuuden välttämistä (Walker 2002, 137). Mikäli halutaan tavoitella kaikkien yhteiskuntaa, on kohdattava ikääntymiseen liittyvät tosiasiat: kaikki eivät saavuta korkeaa ikää ja kuolema on edessä, olipa terve tai sairastunut. Tulle–Wintonin (2000) näkemys asiasta on rauhoittava – sen sijaan, että kiinnitettäisiin huomio ankaraan taisteluun ikääntymistä vastaan, yhteiskunnan tulisi tukea ikäihmisten mahdollisuuksia elää sovussa ikääntyvän kehonsa ja mielensä kanssa (Tulle–Winton 2000, 64–66.) Tällöin neljäs ikä ei välttämättä korostuisi vastenmielisenä kurjuuden aikana ja sitä voisi jo kutsua onnistumiseksi niin yksilön kuin yhteiskunnankin kannalta.

### **5.5. Tavoitteena onnistunut vanheneminen vai hyvä yhteiskunta kaikille?**

Onnistunut eli hyvä vanheneminen sisältää sairauksien ja niihin liittyvien toiminnanvajaukset ehkäisemisen sekä hyvän kognitiivisen ja fyysisen toimintakyvyn (Heikkinen 2013, 393). Onnistunut vanheneminen on yksilön toimintaprosessi, jossa korostuvat omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen. Yksilön vastuulla on muokata elämäntapojaan niin, että vanheneminen onnistuu hyvin. Hyvään ikääntymiseen liitetään erityisesti hyvinvointi, autonomia ja elämänlaatu. (Julkunen 2008, 20.) Siihen on liitetty myös aktiivinen tapa elää, fyysinen ja psyykkinen toimintakyky, sosiaaliset ihmissuhteet ja sosiaalinen osallistuminen (Marin 2002, 28).

Kokonaisväestön kannalta onnistunut vanheneminen ei ole vielä toistaiseksi toteutunut, sillä sairaudet ja toiminnanvajaukset ovat etenkin neljännessä iässä yleisiä. Sairaudet heikentävät aktiivista elämäntapoa ja sen lisäksi yhteiskunnan kielteinen vanhuskäsitys passivoi ikäihmisiä ja palvelujärjestelmiä. (Heikkinen 2013, 396–399.) Onnistuva vanheneminen on haastava tavoite, sillä siihen liittyy tekijöitä, joista osaan on mahdollista pyrkiä vaikuttamaan (kuten elinoloihin ja elintapoihin), mutta osaan ei voida vaikuttaa (kuten geeneihin, ikään ja sukupuoleen) (Heikkinen 2013, 396–399). Tutkimuksissa on todettu, että liikunta ja fyysinen aktiivisuus sekä uusien asioiden opetteleminen ylläpitävät ja parantavat toimintakykyä iästä ja jopa sairauksista riippumatta (Marin 2002, 28).

Onnistunutta vanhenemista voidaan tarkastella myös yhteiskunnan kannalta. Onnistuneesti vanhenevan yhteiskunnan ikärepresentaatiot eli ikään liitetyt mielikuvat (ks. vanhuskäsitys, luku 5.3.) eivät kohdistu ikääntyneisiin negatiivisesti eli ikäihmisiä ei koeta uhaksi, eikä heitä koeta tarpeettomiksi. Tällainen yhteiskunta ei myöskään syrji mitään ikäryhmiä eli kaikenikäisillä on yhtäläinen

mahdollisuus toimia, osallistua ja vaikuttaa. Onnistuneesti vanhenevaan yhteiskuntaan vaikuttavat ikärepresentaatiot, ideologiset tekijät ja ihmisten omat kokemukset. Voidaan siis olettaa, että tämän trion mutkattomalla yhteistyöllä syntyy onnistuneesti vanheneva yhteiskunta. (Marin 2002, 95–97.)

Ikärepresentaatiot perustuvat tosiasioihin ja tieteen tuloksiin, mutta myös historiallisiin myytteihin. Ne muodostavat kollektiivisia ajattelutapoja, joiden avulla määrittävät käsitykset siitä, millaisia tietyn ikäiset ihmiset ovat. Ideologiset tekijät liittyvät siihen, miten yhteiskunnassa ylläpidetään esimerkiksi politiikkaan ja talouteen liittyviä ikäkäsityksiä. Marin (2002) on todennut, että ”ideologioiden avulla legitimoidaan ja vahvistetaan niitä representaatioita, jotka ovat kyseisen ideologian perusteella tarkoituksenmukaisia.” Ihmisten omat kokemukset ovat yksilöllisiä ja henkilökohtaisia, mutta ne voivat sisältää osia yleisistä ikärepresentaatioista. Näin ollen ihmisten kokemukset ovat osa yhteiskunnan sosio-kulttuurista järjestelmää, joten järjestelmän vaikutusvalta yksilön onnistuneeseen vanhenemiseen on ilmeinen. (Marin 2002, 95–100.)

Sosiaalisen vanhenemisen aktiivisuusteoreettinen näkökulma lähestyy ikääntymistä positiivisesta näkökulmasta kiinnittämällä huomio ikääntyneiden voimavaroihin ja mahdollisuuksiin. Positiiviset käsitykset perustuvat tutkittuun tietoon siitä, miten ikäihmisten elinaika on pidentynyt, fyysinen ja psyykinen toimintakyky ovat parantuneet ja kognitiiviset taidot säilyvät korkeina (Koskinen 2007, 44). Onnistuvasta ikääntymisestä puhuminen tuottaa kuitenkin ei-toivotun vertailuasetelman onnistuneen ja epäonnistuneen ikääntymisen välille. Onnistuminen viittaa suoritukseen, joka edellyttää tavoitteen saavuttamista ja tietynlaista kilpailuhenkisyyttä. Vastakohtaksi muodostuu näin väistämättä epäonnistuminen. Aktiivisuusteoriaa onkin kritisoitu taipumuksesta edellyttää ikääntyneiltä erityisiä toimia onnistuneen ikääntymisen saavuttamiseksi (Jyrkämä 1990, 101).

Onnistuneen vanhenemisen tavoittelemisen ei ole ongelmallista, ainakaan jos onnistuneisuus ymmärretään yksilön kannalta myönteisesti toteutuvana elämänvaiheena. Onnistunut ikääntyminen kääntyy kuitenkin itseään vastaan, mikäli siitä muodostuu ikäihmisille yhteiskunnan asettama tehtävä, joka on toteutettava tietyllä tavalla oikein (Jyrkämä 1990, 101). Näin vanhenemisesta on muodostumassa yksi suoritus muiden joukossa. Onnistuneen ikääntymisen tavoittelemisen uhkakuvana on ikäihmisten eriarvoistuminen oikealla ja väärällä tavalla ikääntyviin. On myös kyseenalaista millainen ikääntyminen katsotaan onnistuneeksi. Ikääntymisen ja onnistumisen yhdistäminen on ristiriidassa kuoleman läheisyyteen, sillä etenkin biolääketieteellinen vanhuskäsitys kohtelee jokaista kuolemaa epäonnistumisena. Tässä mielessä kukaan ei milloinkaan voisi todella onnistua ikääntyesseen, ellei onnistumisena sitten pidetä kuolemaa mahdollisimman toimintakykyisenä ja terveenä.

Osittainkaan onnistunut ikääntyminen ei voi kuitenkaan toteutua vain yhteiskunnan edellyttämänä, vaan sen tulee toteutua ikäihmisille annettuna mahdollisuutena elää hyvää elämää. Yhteiskunnan tehtävä on turvata jokaisen ikääntyneen mahdollisimman hyvä elämä, joten heikosti ikääntyvien osuus ja tarpeet on myös otettava päätöksenteossa huomioon. Tavoitteeksi onkin syntynyt kaikenikäisten yhteiskunta, joka korostaa suku- ja ikäpolvien keskinäistä riippuvuutta sekä ikääntymistä jokaista koskettavana asiana (Julkunen 2008, 26–30). Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisi vuonna 2013 Kaikenikäisille Hyvä Suomi – hankkeen raportin, jonka tarkoituksena on tulla hyödynnetyksi seuraavassa hallitusohjelmassa. Hankkeen tavoitteena on hyvinvointiyhteiskunta, jonka toiminnassa ei olisi tarvetta luokitella ihmisiä iän mukaan erillisiin ryhmiin. Huomio on kiinnitetty vastakainasettelun sijasta sukupolvien väliseen sosiaalisesti kestäväan yhteistyöhön ja siihen, että tulevaisuudessakin Suomi olisi hyvä paikka elää kaikenikäisille. (Vaarama 2013.)

## **6. POSTIA IKÄÄNTYNEILTÄ – TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN**

Pro gradu – tutkimukseni idea alkoi kehittyä jo vuonna 2012, kun kandidaatin tutkielmani (Rautava, 2012) valmistui. Kandidaatin tutkielmassa tarkasteluni kohteena olivat sosiaali- ja terveysministeriön harjoittaman ikääntymispolitiikan sisältö ja matalan kynnyksen neuvontapalvelut, jotka edustavat ikääntymispolitiikan käytännön sovellusta. Selvitettyäni yhteiskunnan ikääntymispoliittisia tavoitteita, kiinnostukseni alkoi suuntautua politiikan kohteena oleviin ikäihmisiin.

### **6.1. Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset**

Elinajan piteneminen, suurten ikäluokkien eläkkeelle jääminen ja väestön ikärakenteen muutos haastavat yhteiskunnan kohdistamaan resurssinsa uudella tavalla. Tämä historiallisesti poikkeuksellinen väestörakenteen muutostilanne on hyvä syy kiinnittää huomio ikääntymiseen ja ikäihmisten tutkimiseen, sillä tulevaisuudessa keskuudessamme elää yhä enemmän ikääntyneitä ja iäkkäitä. Väestön ikääntymisellä on taloudellisia, yhteiskunnallisia ja sosiaalisia vaikutuksia (Jylhä ym. 2008, 116), mutta kyse on aina myös ikääntymisen yksilöllisistä vaikutuksista. Erilaisten ikääntymiseen liittyvien palvelujärjestelmien ja ikääntymispoliittisten ulottuvuuksien tarkastelutasolta on aika suunnata katse myös yhteiskunnallisen toiminnan kohteisiin eli heihin, jotka ovat jo siinä iässä – ikääntyneitä, vanhoja ja vanhuksia.

Tämän tutkimuksen ensisijaisena tarkoituksena on saada ikäihmisten oma ääni kuuluviin. Tavoitteena on kiinnittää huomio ikäihmisiin yksilöinä, joiden käsitykset ikääntymisestä ja ikäihmisenä olemisesta ovat yhteiskunnallisesti ylitse muiden, sillä kukaan muu kuin vanha itse ei voi tietää mil-

tä vanhasta tuntuu. Kiinnitän huomion myös siihen, miten ikäihmiset kokevat oman ikääntymisensä sosiaalisessa vuorovaikutuksessaan yhteiskunnan kanssa. Yhteiskunnan vanhuskäsitys edustaa tässä tutkimuksessa ikääntymisen sosiokulttuurisia vaikutuksia eli sitä tapaa, jolla yhteiskunta suhtautuu ikääntymiseen ja ikäihmisiin. Haluan myös peilata ikäihmisten omia käsityksiä ikääntymisestä ja ikäihmisenä olemisesta yhteiskunnan vanhuskäsitukseen, jonka muodostumiseen ikääntymispoliittisella päätöksenteolla on merkittävä rooli.

Tässä tutkimuksessa on tavoitteena löytää vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

- Millainen käsitys ikäihmisillä on omasta vanhenemisestaan?
- Miten yhteiskunnan vanhuskäsitys näyttäytyy ikäihmisten käsityksissä?
  - Haluavatko ikäihmiset samoja asioita kuin yhteiskuntaa edustava ikääntymispoliittinen järjestelmä?

Ikääntymisen taloudellisten ja yhteiskunnallisten vaikutusten tarkastelun jätän tutkimuksessani vain tutkimusraportin alussa olevan taustoituksen varaan. Niiden lyhyt käsittely on kuitenkin perusteltua, jotta ikääntymisestä olisi mahdollista saada riittävä käsitys tämän tutkimuksen ymmärtämiseksi.

## **6.2. Metodologiset lähtökohdat**

Pro gradu – tutkielmani tavoitteena on tarjota ikäihmisille mahdollisuus ilmaista käsityksiään siitä, miten he itse kokevat oman ikääntymisensä. Tutkielmani on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadulliselle tutkimukselle tyypilliseen tapaan siinä korostuvat ihminen tutkimuksen tekijänä ja kohteena (Kananen, 2014, 18). Laadullisessa tutkimuksessa huomio kiinnittyy etenkin yksittäisiin tapauksiin: ihmisten ajatuksiin, kokemuksiin, käsityksiin tai tulkintoihin erilaisista ilmiöistä (Puusa & Juuti 2011, 47–48.) Tässä tutkielmassa tarkastelun kohteena ovat ikäihmisten käsitykset. Laadullinen tutkimus etenee prosessina, jonka tavoitteena on tutkimuskohteen syvälinen ymmärtäminen. Yleistysten sijaan tarkoituksena on kuvata, ymmärtää ja antaa mielekäs tulkinta ilmiöille (Kananen 2014, 16–26).

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on todellisen elämän kuvaaminen eli deskriptiivisyys, mutta samalla huomio kiinnittyy kohteen kokonaisvaltaiseen tutkimiseen (Kananen 2014, 19). Hirsjärveä, Sarajärveä ja Sajavaaraa (2008) mukaillen voidaan sanoa, että laadullinen tutkimus tavoittelee tosi-asoiden löytämistä tai paljastamista pikemmin kuin olemassa olevien totuuksien todentamista. Laadulliseen tutkimukseen liittyviä tapauksia kohdellaan ainutlaatuisina ja tämä ainutlaatuisuuden korostaminen vaikuttaa tapauksista tehtyihin tulkintoihin (Hirsjärvi ym. 2008, 156–160.) Tässä tut-

kimuksessa tiedostan ikäihmisten käsitykset ainutlaatuisiksi ja erityisiksi, oman todellisuutensa ilmentäjiksi, mutta minulla ei ole mahdollisuutta tehdä tulkinnoistani yleistyksiä, jotka koskisivat kaikkia ikäihmisiä. Tekemäni tulkinnat sopivat omaan tutkimusaineistooni omien näkökulmieni kautta, mutta saman aineiston kirjoitukset saattaisivat toisesta näkökulmasta saada erilaisen tulkinnan.

Laadullisen tutkimuksen päättelyn logiikka on induktiivinen eli yksittäisistä havainnoista tuloksiin etenevä (Kananen 2014, 20). Laadulliseen tutkimukseen liittyy myös ontologinen tarkastelu eli ilmiöiden olemassaolon totuus-suhteen tarkastelu. Jatkuva epäily ja kyseenalaistaminen mahdollistavat tieteen tekemisen, joten kiinnittyminen yhteen totuuteen ei ole mahdollista (Ronkainen & Pehkonen & Lindblom-Ylänne & Paavilainen 2011, 16–17). Täydellinen kaiken epäily ei kuitenkaan ole mahdollista, vaan tietäminen perustuu parhaimpaan mahdolliseen ja perustelluimpaan tietoon (emt., 16–18.)

Konstruktivistisen näkemyksen mukaan sosiaalinen todellisuus ja sen säännönmukaisuudet ovat ihmisen oman toiminnan tulosta ja ylläpitämää. Voidaan siis sanoa, että ihmiset kohtaavat todellisuuden aina oman toimintansa kautta. Laadullisen tutkimus kuvaa ilmiön todellisuutta tutkimushetkellä, joten tilanteiden ja olosuhteiden muuttuessa tulkinnat voisivat olla toisenlaiset. Tulkinnan totuudellisuuteen vaikuttaa myös tutkijan näkökulma, sillä toisenlaisella näkökulmalla ja toisenlaisen tulkinnan kautta ilmenevä totuus voisi muuttua. (Ronkainen ym. 2011, 16–18.) Tähän perustuu tieteen liike; tieto on lähimpänä totuutta, kunnes se kumotaan paremmin perusteluin (Uusitalo 1997, 36–38).

### **6.3. Kirjoituspyynnöistä aineistoksi**

Tarkastelin kandidaatin tutkielmassani (Rautava 2012) sosiaali- ja terveysministeriön harjoittaman ikääntymispolitiikan sisältöjä. Nämä sisällöt eli ikääntymispoliittiset toimenpiteet: lait, asetukset, suositukset, strategiat ja erilaiset hankkeet kuulostavat hyviltä, mutta jäin miettimään, vastaavatko ikääntymispoliittiset tavoitteet sitä, mitä ikäihmiset itse kokevat tarvitsevänsä. Halusin saada tietää asiasta, joten asetin tutkimukselleni suunnitteluvaiheessa kaksi lähtökohtaa. Ensimmäinen oli se, että halusin antaa ikäihmisille mahdollisuuden saada äänensä kuuluviin. Toinen lähtökohta liittyi siihen, että olin kiinnostunut keräämään aineistoni kirjoitetussa muodossa. Tavoitteenani oli siis saada ikäihmisten kirjoitettu ääni kuuluviin.

Toivoin tavoittavani kirjoituksista jotain sellaista, mikä saattaisi muilla aineistonkeruumenetelmillä jäädä huomioimatta. Kirjoittaessa asiat saattavat jäsentyä selvemmin, sanottavaa voi olla enemmän

ja jännitys ei ehkä ota kirjoittajaa valtaansa niin kuin se voisi esimerkiksi haastattelun aikana tehdä. Kirjoituspyyntöön vastatessaan kirjoittaja voi valita sopivan hetken kirjoittaa ja ajatella asiaa omassa rauhassaan. Käsitykseni mukaan kirjoittaja pääsee tällaisessa tilanteessa hyvin lähelle todellisuuttaan eli omaa tapaansa kokea käsiteltävissä oleva asia.

Eskola ja Suoranta (2005, 122) toteavat omaelämäkertaan liittyvässä artikkelissaan, että ”kirjoittessaan ihminen on yksin ajatustensa, kokemustensa, motivaationsa ja kirjoitusvälineidensä kanssa, mikään vuorovaikutussuhde ei häntä häiritse.” Toisaalta he mainitsevat myös, että toisinaan elämäkerrat voivat olla hyvin varautuneesti kirjoitettuja tai että niistä saattaa jäädä puuttumaan tutkimuksen kannalta olennaisia asioita. Tässä suhteessa kirjoituspyyntö on omaelämäkertaan verrattuna strukturoidumpi aineistonkeruumuoto, sillä se on rakenteeltaan rajatumpi ja tutkija voi ohjata kirjoituksen suuntaa. Jokaisen elämäkerta on ainutlaatuinen ja siihen vaikuttaminen ei ole aiheellista. Sen sijaan kirjoituspyyntö voidaan rajata tiettyyn ilmiöön, kuten tässä tutkimuksessa käsityksiin ikään-tymisestä, ja sen voi silti olettaa koskettavan jokaisen pitkäikäisen elämää.

Laadullinen aineisto on usein kirjoitettu valmiiksi. Tällaisia valmiita aineistoja ovat esimerkiksi henkilökohtaiset dokumentit, kuten kirjeet, päiväkirjat ja kertomukset. (Uusitalo 1997, 94–96.) Omaelämäkerrat ovat esimerkki laadullisesta ja kirjoitetusta aineistosta, jotka edellyttävät aineistonkeruuta haastattelemalla tai pyytämällä henkilöä kirjoittamaan omaelämäkertansa. Viimeksi mainitussa tilanteessa on usein käytetty apuna esimerkiksi kirjoituskilpailuja. (Eskola & Suoranta 2005, 121–126.) Mainittu omaelämäkerran kirjoittamiseen houkutteleva kirjoituskilpailu on mielestäni lähellä kirjoituspyynnön kaltaista menetelmää. On kuitenkin huomioitava, että elämäkertatutkimus poikkeaa kirjoituspyynnöstä, sillä elämäkerrassa on kyse ihmisen elämää kokonaisvaltaisesti kuvaavasta aineistosta. Kirjoituspyynnössä puolestaan, etenkin tässä tutkimuksessa käyttämässäni kirjoituspyynnössä, kiinnostus keskittyy vain rajattuun aihepiiriin liittyviin käsityksiin, ei yksilön koko elämäkertaan.

Kirjoituspyynnöistä on menetelmäkirjallisuudessa kirjoitettu varsin vähän. Näin ollen parhaat kirjoituspyynnön rakenteen muodostamiseksi sovellettavat esimerkit löytyvät tutkimuksista, joissa kirjoituspyyntöä on käytetty aineistonkeruumenetelmänä. Erilaisia kirjoituspyyntöjä tarkasteltuani saatoin todeta, että aineistonkeruumuotona kirjoituspyyntö ilmeni monin persoonallisoin tavoin. Lopulta muodostin oman kirjoituspyyntöni niin, että se koostui vain avoimista kysymyksistä (kts. liite 1). Jätin tarkoituksella ulkopuolelle vaihtoehdon, jossa kirjoituspyynnössä mainitaan vain aihepiiri ja joitakin apukysymyksiä, joiden varassa kirjoittaminen sujuisi vapaamuotoisesti. Tässä kohdin otin huomioon vastaajien iän. Toisaalta luotin siihen, että jos ikäihminen haluaa vastata, kirjoitta-

minen ei ole ongelma, mutta toisaalta halusin varmistaa, että kirjoittaminen sujuisi mielekkäästi antamieni rajojen puitteissa.

Kirjoituspyyntöni muodostuu johdannosta, käytännön ohjeistuksesta, taustatietojen (ikä, sukupuoli, ammatti, siviilisääty ja asumismuoto) keruukohdasta, 16 erillisestä avoimesta kysymyskohdasta vastausriveineen, kiitoksista ja omista yhteystiedoistani. Muodostamani kirjoituspyynnön ja avoimien kysymysten yhdistelmä palvelee sekä kirjoittajaa että minua tutkijana. Avoimien kysymysten avulla kirjoittaja tietää selvästi mitä häneltä odotetaan ja toisaalta pystyin itse ohjaamaan niiden avulla kirjoitusten sisältöjä. Lomakkeessa on jokaisen kysymyksen jälkeen vastausrivit, jotka toimivat suositeltavana vastauksen pituutena. Kirjoituspyynnöstä käy ilmi, että halutessaan vastausta voi jatkaa kääntöpuolelle ja lopuksi on myös kohta, jossa sana on vapaa mille tahansa mieleen tulevalle asialle. Kääntöpuolelle kirjoittamisen mahdollisuutta ei kirjoittajista käyttänyt yksikään, mutta sana on vapaa – kohtaan kirjoitti puolet kirjoituspyyntöön vastanneista.

Kirjoituspyyntölomakkeen kysymysten sisältöjen ja kokonaisrakenteen muokkaaminen olivat monivaiheinen prosessi. Lähdin liikkeelle vapaasti assosioiden eli kirjoitin aluksi ylös kaikki aiheeseen liittyvät ja mieleeni tulevat kysymykset, jotka kuvastavat tutkimuskysymyksissä ja tutkimuksen tavoitteissa rajattua aihepiiriä. Kirjoitin jokaisen kysymyksen, joita muodostui aluksi 32 kappaletta ja kirjoitin ne omille papereilleen. Tämän jälkeen karsin pois sellaiset kysymykset, jotka osoittautuivat tarkastelun edetessä heikoiksi. Lopulliseen kirjoituspyyntöön valikoitui 16 kysymystä, joiden tarkoituksena on paljastaa käsityksiä ikääntymisestä yleisesti sekä suhteessa ikääntymispoliittisiin tavoitteisiin. Tavoitteenani oli muodostaa kirjoittajaystävällinen kirjoituspyyntö, joka houkuttelisi ikäihmisiä kirjoittamaan ja saisi unohtamaan tyhjän paperin kammon. Halusin koostaa kirjoituspyynnön niin, että vastauksien pituus olisi vapaa, mutta hienovaraisella tavalla ohjattu. Halusin myös osoittaa kirjoittajia kohtaan kunnioitusta ja lopuksi kiitin jokaista ikäihmistä osallistumisestaan.

Saatuani kirjoituspyyntölomakkeen valmiiksi syyskuussa 2014, oli aika ratkaista se, miten tavoitan tutkimukseni tutkimusjoukon eli eläkkeellä olevia yli 63-vuotiaita ikäihmisiä. Päädyin selvittämään Porin ja koko Satakunnan alueen eläkeläisyhdistysten ja -järjestöjen olemassaoloa ja yhteistietoja. Lähetin lopulta sähköpostia kymmenelle eri järjestöjen ja yhdistysten yhteyshenkilöille siitä, olisiko heidän yhdistyksellään tai järjestöllään halukkuutta osallistua tutkimukseeni. Sain vastauksen vain yhdeltä: Satakunnan Vanhustuki ry:ltä.

*”Satakunnan Vanhustuki ry on perustettu vuonna 2013. Sen toimialueena on koko Satakunta ja sen kotipaikkana on Pori. Toiminnan tarkoituksena on vanhusten psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen*

*hyvinvoinnin edistäminen sekä kaikinpuolinen arvokkaan vanhenemisen turvaaminen. Yhdistys toimii asiantuntijana vanhuuteen ja vanhenemiseen liittyvissä asioissa, auttaa ja neuvoa terveyteen, sairaanhoitoon ja asumiseen liittyvissä asioissa ja järjestää ryhmätoimintaa. Se toimii yhteistyössä julkisen ja yksityisen terveydenhuollon sekä sosiaalihuollon kanssa ja pyrkii harjoittamaan edunvalvontaan liittyviä tehtäviä vanhusten hyvinvointiin liittyvissä asioissa.” (ote Satakunnan Vanhus-tuki ry:n esitteestä)*

Hyvin nopeasti kävi selväksi, että sanonta laatu korvaa määrän, pitää paikkansa. Satakunnan Vanhus-tuen toimijoiden myötämielisellä avustuksella sain mahdollisuuden aloittaa tutkimukseni aineistonkeruun. Sovimme, että voin mennä kertomaan tutkimuksestani heidän yhdistyksensä tilaisuuksiin. Riittävän aineistomäärän saavuttamiseksi riitti kaksi käyntikertaa. Ne tapahtuivat vuoden 2014 loka- ja marraskuussa. Aineistonkeruuni aikana jaoin yhteensä 40 kirjoituspyyntöä eli 20 pyyntöä yhdellä tapaamisella. Aineistonkeruu eteni niin, että aluksi kerroin lyhyesti tutkimuksestani ja vetoisin osallistumishalukkuuteen, jonka jälkeen yhdistyksen toimihenkilöt jakoivat tilaisuuden päätteeksi kirjoituspyyntölomakkeet halukkaille. Toisella aineistonkeruukerralla ainoa poikkeus ensimmäiseen kertaan nähden oli se, että silloin muistutettiin jo kirjoituspyynnön saaneita vastaamisen tärkeydestä.

Kirjoituspyyntöjen palautukseen liittyvässä käytännössä päädyin siihen, että yksinkertaisinta on liittää kirjoituspyyntölomakkeen ohkeen postimerkillä ja osoitetiedoillani varustettu kirjekuori. Lopulta itsenäisyyspäivänä 2014 minulla oli koossa tutkimukseni empiirinen aineisto eli 21 ikäihmisen kirjoitusta. Aineiston kerääminen koostui kahdesta tapaamiskerrasta ja se kesti kokonaisuudessaan kaksi kuukautta. Järjestön myötämielisyydellä oli aineistonkeruuni onnistumiselle suuri merkitys. Positiivinen asenne tutkimusta kohtaan varmasti tarttui yhdistyksen jäseniin ja jopa 53 prosenttia kirjoituspyynnön saaneista ikäihmisistä palautti kirjoituksen. Kirjoituksista 17 on kirjoitettu niin, että vastausrivit ovat aina lähes täynnä. Neljässä vähäsanaisemmassa kirjoituksessa on kysymyksiin vastattu lähinnä muutamalla sanalla, yleisesti korkeintaan neljällä lauseella.

Eskolan ja Suorannan (2005) mukaan aineiston koolla ei ole välitöntä merkitystä siihen, miten laadullinen tutkimus onnistuu. Aineiston tarkoituksena on auttaa tutkijaa muodostamaan käsitteellinen ymmärrys tutkittavasta ilmiöstä (Eskola & Suoranta 2005, 60–62), mutta siitä huolimatta aineiston laatu on määrää tärkeämpi laadullisessa tutkimuksessa (Kananen 2014, 95.) Puusa ja Juuti (2011, 55) korostavat laadullisen aineiston tarkoituksenmukaisuusperustelua eli sitä että tutkimukseen valitaan henkilöitä, jotka tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon, joilla on kokemusta asiasta tai jotka edustavat jotain ryhmää joka on relevantti tutkimuksen tarkoituksen kannalta. Tässä tutkimuksessa aineiston tarkoituksenmukaisuus ja riittävyys perustuvat siihen, että tutkimusjoukon



voidaan olettaa tietävän tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon, heillä on kokemusta asiasta ja he edustavat eläkeläisyhdistystä.

Aineiston riittävyttä pohtiessani minun oli otettava huomioon myös se, miten kirjoitukset kuvaavat tutkimaani ilmiötä suhteuttamalla niiden sisältöä tutkimuskysymyksiini. Huomioon oli otettava myös käytettävissäni olevat resurssit. Rajallinen aika oli suhteutettava aineiston kokoon sekä analysointiin ja tulkintaan kuluvaan aikaan. Aineistonkeruulla oli myös taloudelliset rajoitteensa, sillä huomioitavana olivat postimerkkien ja kirjekuorien kustannukset suhteessa katoon eli vastaamatta jääneiden kirjoituspyyntöjen määrään tai sen mahdollisuuteen.

#### **6.4. Fenomenografinen analyysimenetelmä**

Laadullisen analyysin voidaan sanoa koostuvan havaintojen pelkistämisvaiheesta ja arvoituksen ratkaisemisesta. Eri vaiheet erittelevä ajatuskuvio on analyttinen, sillä käytännössä analyysi limityy vuorovaikutukselliseksi kokonaisuudeksi. (Alasuutari 2007, 38–48.) Ajatus on kuitenkin kiehtova ja se liittyy läheisesti myös synteessin käsitteeseen. Tieteessä sovelletaan analyysin menetelmää, joka tarkoittaa kokonaisuuden osiin hajottamista, jolloin se on helpommin hallittavissa. (Uusitalo 1997, 23.) Alasuutari (2007) esittelee teoksessaan laadullisen analyysin havaintojen pelkistämisen, joka muodostuu ensinnäkin valitun teoreettis–metodologisen näkökulman määrittelemästä aineiston tarkastelutavasta. Pelkistämisen toisessa vaiheessa on kyse havaintojen yhdistämisen kautta tapahtuvasta havaintomäärien karsimisesta. Tavoitteena on löytää havaintoaineistosta yhteinen ominaisuus, joka kattaisi koko aineiston. (Alasuutari 2007, 38–48.)

Synteesi tarkoittaa analyysin vastakohtaa. Se sisältää ajatuksen yhdistelemisestä ja kokoonpanemisesta. (Uusitalo 1997, 23.) Analyysin jälkeen havainnoista on muodostettava kokonaiskuva, jotta asioiden väliset yhteydet tulisivat esiin. Alasuutari (2007, 44–47) kutsuu synteesiä arvoituksen ratkaisemiseksi. Empiirisen sosiaalitutkimuksen metodiikassa puolestaan samaa ilmiötä kutsutaan tulosten tulkinnaksi. Kyse on tutkittavan ilmiön merkitystulkinnasta eli erilaisten johtolankojen ja vihjeiden yhdistelemisestä. Tätä voidaan kutsua myös synteettiseksi ajattelemiseksi, joka on tutkimuksen perimmäinen tehtävä (Uusitalo 1997, 23). Tutkimuksen analyysivaiheessa on siis kyse aineiston hajottamisesta osiinsa, jonka jälkeen se taas kasataan uuden näkemyksen ja löydösten avulla kokonaiseksi.

Tutkimukseni lähtökohtana olevat kirjoitettu aineisto ja kiinnostus ikäihmisten käsityksiin johtivat siihen, että valitsin aineiston analyysimenetelmäksi fenomenografian. Sana fenomenografia (phenomenography) tarkoittaa ilmiön kuvaamista tai ilmiöstä kirjoittamista (Metsämuuronen 2008, 34).

Fenomenografinen tutkimus on kiinnostunut ihmisten erilaisista tavoista käsittää ja ymmärtää arkipäivän ilmiöitä (Koskinen 2011, 267). Tarkastelun kohteena on se, miten maailma rakentuu ihmisten tietoisuudessa. Fenomenografiassa korostuukin ajatus siitä, että on olemassa vain yksi maailma, josta eri ihmiset muodostavat erilaisia käsityksiään. (Metsämuuronen 2008, 34–36.) Etsinnässä ei ole tieteellinen totuus, vaan ihmisten erilaiset käsitykset maailman ilmiöistä (Koskinen 2011, 267). Fenomenografinen analyysi noudattelee siis konstruktionistista näkemystä todellisuudesta (Ronkainen ym., 16–18.), jonka mukaan ilmiöitä ei ole olemassa ilman ihmisen ajattelua (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1996, 116).

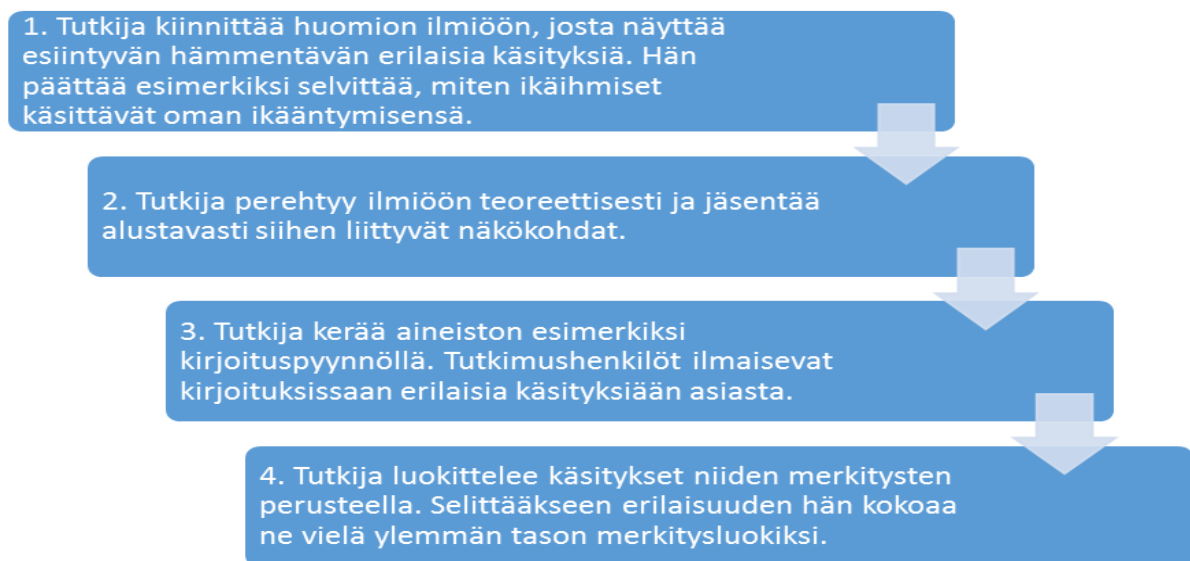
Fenomenografisessa lähestymistavassa ihmistä kohdellaan rationaalisena yksilönä, joka muodostaa erilaisia käsityksiä ilmiöistä omien kokemuksiensa, ajattelunsa ja harjoittamiensa vuorovaikutussuhteidensa kautta (Syrjälä ym. 1996, 116–117; Koskinen 2011, 268–267). Käsitykset ovat yksilöllisiä, koska niihin vaikuttavat jokaisen oma koettu elämä ja tietämys. Arkikokemukset muodostavat yksilöille käsityksiä, joita voidaan kutsua esikäsityksiksi ilmiöstä. Esikäsitykset ovat pohjana uuden oppimiselle eli sille, miten kyseistä ilmiötä koskevaa uutta tietoa omaksutaan. Oppimisen yksilöllisyys liittyy esikäsityksiin, sillä jokaisella on omanlaisensa suhde ympäröivän maailmansa kanssa. Siksi ei voida olettaa että ihmiset oppisivat (ts. käsittäisivät) asioita samalla tavalla (Koskinen 2011, 268–270.)

Fenomenografinen analyysi on luonteeltaan kuvailevaa ja tulkinnallista. Sen tavoitteena on tuottaa uutta tietoa tutkimuskohteista erilaisten käsitysten kautta. Käsityksiä analysoidaan, kuvaillaan ja pyritään ymmärtämään ottamalla kokonaisuus huomioon. Parhaiten kuvaileva tutkimus vastaa kysymyksiin mitä ja miten. (Koskinen 2011, 268–270.) Omassa tutkimuksessani huomio kiinnittyy erityisesti siihen, miten ikäihmiset käsittävät oman ikääntymisensä. Tavoitteena ei ole arvioida, ovatko tutkimuskohteiden käsitykset oikeita vai vääriä, vaan etsiä sisällöllisiä eli laadullisia eroja käsittää jokin ilmiö. Käsityksille annetaan fenomenografiassa mielipiteitä syvällisempi merkitys, sillä käsitykset tulkitaan merkityksenantoprosesseiksi. Yksilöiden käsitysten kuvailu, analysointi ja ymmärtäminen edellyttävät siis kontekstuaalisuuden huomioimista. (Koskinen 2011, 268–270.) On huomionarvoista, että käsitykset eivät ole pysyviä. Tilannesidonnaisuuden lisäksi yksilöiden käsityksiin vaikuttavat monet erilaiset asiat kuten ikä, sukupuoli ja kokemukset (Metsämuuronen 2008, 34).

Fenomenografisessa analyysimenetelmässä erotetaan ensimmäisen ja toisen asteen näkökulmat. Ensimmäisen asteen näkökulma tarkoittaa objektiivista todellisuutta sellaisenaan, kun taas toisen asteen näkökulma korostaa todellisuuden rakentumista sosiaalisesti ja konstruktiivisesti. Feno-

menografiassa tavoitteena on kuvata niitä erilaisia tapoja, joilla todellisuuden eri puolet käsitteellistetään ja etsitään saavutettujen kuvaustapojen ja kategorioiden välisiä loogisia suhteita. Merkityksellisintä ei ole vaihtelevien käsitysten lukumäärä, vaan yksittäinenkin käsitys nähdään tutkimuksen kannalta arvokkaana. Fenomenografisesti merkittävää on se, että todellisuus saa merkityksensä yksilön oman käsityksen kautta, joten kaikille yhteisen todellisuuden olemassaolo on mahdotonta. (Koskinen 2011, 268–270.)

Fenomenografista analyysiprosessia voidaan kutsua konstruoinniksi. Se tarkoittaa tapahtumaketjua, jonka aikana tutkija tulkitsee, valitsee ja järjestee aineistoa uudelleen eli konstruoi käsitteellisen kuvauksen tutkittavaa ilmiötä koskevista käsityksistä. Onnistunut konstruointi edellyttää tutkijalta ilmiön hyvää tuntemusta, mutta myös analyysiprosessin tulkinnallisuuden huomioimista. Analyysiprosessin keskeisin tavoite on laadullisesti erilaisten käsitysten tunnistaminen ja niiden kuvaaminen kategorioina. (Koskinen 2011, 270–271.) Prosessi etenee aineistolähtöisesti (kts. kuvio 2).



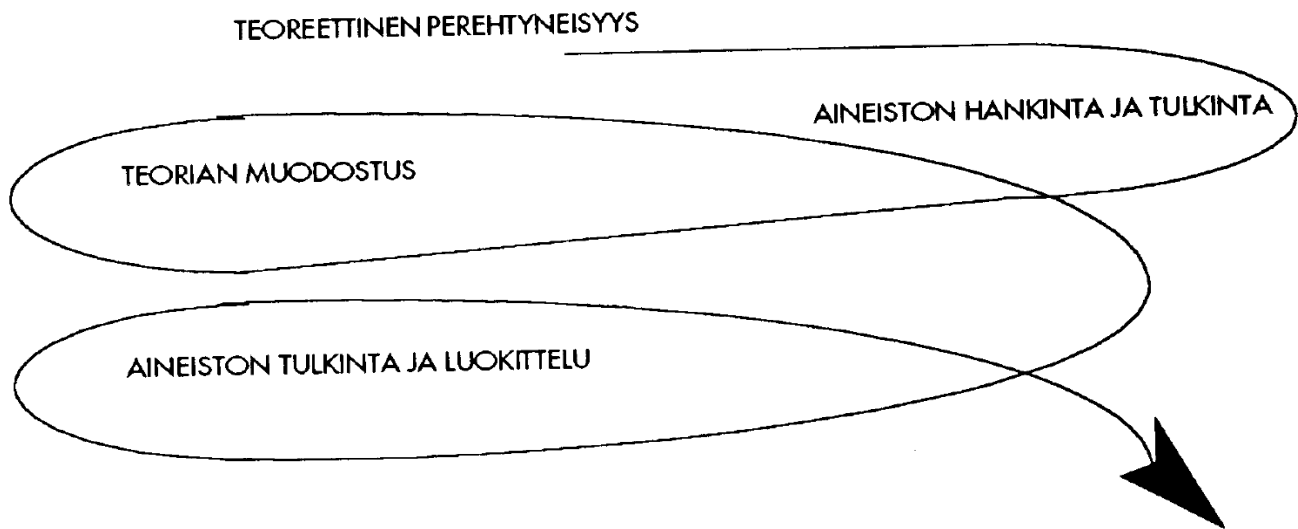
Kuvio 2. Fenomenografisen tutkimuksen kulku (mukaelma teoksesta Syrjälä ym. 1996, 115)

Aluksi tutkija kiinnittää huomion ilmiöön, josta näyttää esiintyvän erilaisia käsityksiä. Tämän jälkeen tutkija perehtyy ilmiöön teoreettisesti ja jäsentää tutkimukseen liittyviä näkökohtia, jotka ohjaavat empiirisen aineiston hankintaa. Aineistonkeruun jälkeen tutkija keskittyy merkityksien tulkintaan, joten analyysi alkaa aineiston sisältämien ilmaisujen eli käsitysten merkitysisältöjen sel-

vittämisellä. (Koskinen 2011, 270–271.) On huomioitava, että ilmaisujen merkityksen löytäminen edellyttää kontekstuaalista ja intersubjektiivista tulkintaa. Syrjälän ym. (1996, 124) mukaan ”ilmaisun tulkinta on ilmaisun tekijän intention rekonstruoinnista ilmaisun sisäisten yhteyksien, tekijää koskevan taustatiedon ja oman asiantuntemuksensa varassa”. Tutkijan tehtävänä on siis yrittää asettua tutkittavien asemaan kokonaisuus huomioiden. Kyseessä on nimenomaan ymmärtämisen yrittäminen eli tulkinnan tekeminen. Fenomenografisessa analyysissä korostuu erityisesti tulkinnan eläytyvä luonne eli niin kutsuttu re-enactment. Tällöin tutkija pyrkii eläytymään tutkimushenkilön tilanteeseen ja tavoittaa hänen intentionsa sekä ilmaisunsa merkityksen. (Syrjälä ym. 1996, 124.)

Merkityksien tulkinnan jälkeen analyysissä siirrytään käsitysten selittämiseen. Tässä tutkimuksen vaiheessa tutkijan on luokiteltava käsitteiden merkityssisällöt. (Syrjälä ym. 1996, 125–129.) Tätä kutsutaan myös etenemiseksi merkitysyksiköiden etsimisestä ensimmäisen tason yhdistelmäkategorioiden (Metsämuuronen 2008, 35). Luokittelun avulla käsitysten joukko muuttuu hallittavaksi kokonaisuudeksi ja se tekee käsitysten erilaisuuden näkyvämmäksi. Vaikka laadullinen tutkimus itsessään pyrkii ymmärtämiseen selittämisen sijasta, niin tämän analyysivaiheen selittävyys perustuu yritykseen ymmärtää käsitysten välistä vaihtelua. Tutkija tarkastelee ilmaisujen merkityksiä ja etsii niistä jotakin teoreettisesti merkitsevää ja erilaista, jonka jälkeen mahdollistuu ensimmäisen tason merkitysluokkien eli kategorioiden muodostaminen. (Syrjälä ym. 1996, 125–129.)

Fenomenografisen analyysiprosessin viimeisessä vaiheessa tutkija jatkaa käsitysten ja teoreettisten lähtökohtien tarkastelua. Ensimmäisen asteen kategoriat voidaan tässä vaiheessa yhdistellä vielä laaja-alaisempiin ylemmän tason kategorioihin, jotka ovat edellistä abstraktimpi taso. Ylemmän tason kategoriat selittävät kategoriat yleisemmin ja ne mahdollistavat tutkijan oman selitysmallin muodostamisen tutkittavalle ilmiölle. (Syrjälä ym. 1996, 125–129.) Teoreettinen perehtyneisyys on merkittävä osa fenomenografista analyysiprosessia. Kyse ei ole siitä, että tutkija käyttäisi teoriaa etukäteen kategorioiden luokitteluun tai teoriasta johdettujen hypoteesien testaamiseen, vaan teoreettinen perehtyneisyys auttaa tutkijaa herkistymään ilmaisujen vivahde-eroille. Fenomenografisen tutkimuksen spiraali kuvastaakin osuvasti teoreettisen perehtyneisyyden roolia osana analyysiprosessia (kts. kuvio 3). Tutkija hyödyntää tietämystään ilmiöstä tutkimusprosessin alusta loppuun asti toimimalla omana tutkimusinstrumenttinaan. (Syrjälä ym. 1996, 123–125.)



Kuvio 3. Fenomenografisen tutkimuksen spiraali (Syrjälä ym. 1996, 125)

### 6.5. Analyysiprosessin eteneminen tässä tutkimuksessa

Tämän tutkimuksen arvoitus pyritään ratkaisemaan soveltamalla fenomenografista analyysimenetelmää. Kiinnitän huomion ikäihmisten laadullisesti erilaisiin tapoihin käsittää ikääntyminen sekä myös ikäihmisten ikääntymiskäsitysten ja yhteiskunnan vanhuskäsityksen väliseen suhteeseen. Fenomenografiselle analyysille ominaiseen tapaan korostan sitä, että käsityksiä ei ole tarkoitus asettaa keskenään paremmuus- tai kehittyneisyysjärjestykseen. Tavoitteena on pikemminkin vertailla eri ihmisten ikääntymiskäsityksiä, mutta myös suhteuttaa yhden yksilön ikääntymiskäsityksiä hänen muihin ikääntymiseen liittyviin käsityksiinsä. (Syrjälä ym. 1996, 116–119.)

Seuraavaksi esittelen tutkimukseni analyysiprosessin etenemisen vaiheittain. On huomionarvoista, että ennen varsinaiseksi analyysiksi kutsumani vaiheen alkua olin jo kiinnittänyt huomioni ikääntymiseen liittyviin käsityksiin kiinnostavana ilmiönä. Sen lisäksi olin perehtynyt ikääntymiseen liittyvään teoriaan ja muodostanut tutkimusongelman. Varsinaisen analyysin aloitin aineistonkeruuni jälkeen.

- 1) Aluksi luin kirjoituspyynnöt kokonaisuudessaan läpi. Ensimmäisen luennan perusteella muodostui käsitys siitä, miten ikäihmiset ovat suhtautuneet kirjoituspyynnön kysymyksiin ja millaisella intensiteetillä vastauksiin on paneuduttu. Tässä vaiheessa muodostin vasta yleiskäsitystä ja tutustuin aineistooni kokonaisuutena, joten en vielä muodostanut varsinaisia kategorioita.

- 2) Toisella lukukerralla luokittelin taustatiedot. Aineistossa on 17 naista ja 4 miestä. Ikäkauma asettuu siten, että 60–69-vuotiaita on 6 henkilöä, 70–79-vuotiaita on 13 henkilöä sekä yksi 80-vuotias ja yksi 85-vuotias henkilö. Ammatikseen suurin osa oli maininnut olevansa eläkeläisiä. Ne jotka olivat maininneet entisen ammattinsa, sijoittuivat tasaisesti työntekijöihin ja toimihenkilöihin. Huomioin jälkikäteen, että ammatti-kohtaan olisi pitänyt lisätä sana ”entinen” tai kysyä koulutusta. Siviilisäädyltään vastaajat jakautuivat tasaisesti leskiin, eronneisiin ja avioliitossa oleviin. Naimattomia oli aineistosta 3 henkilöä. Asumismuodon osalta vastaajat jakaantuivat omakoti- ja kerrostaloasujiin. Kysymyksen tarkoituksena oli lähinnä hahmotella sitä, asuvatko aineiston henkilöt palvelutaloissa tai laitoksissa, mutta vastausten mukaan näin ei tehnyt yksikään.
- 3) Kolmas lukukerta mahdollisti yleisen ymmärryksen tuottamisen aineistosta luokittelemalla käsitykset aluksi kysymysten perusteella. Otin käsittelyyni yhden avoimen kysymyksen (yhteensä 16 kappaletta) kerrallaan ja referoin jokaisen ikäihmisen (yhteensä 21 henkilöä) vastaukset muistiin. Tällä tavalla muodostin käsityksen siitä, miten eri tavoin ikäihmiset olivat vastanneet kysymyksiin ja minkälaisia merkityksiä ilmiöille oli annettu. Tavoitteenani oli etsiä kirjoituksista merkitysyksiköitä eli sellaisia käsityksiä, jotka vastaisivat ikääntymisestä esittämiini kysymyksiin. Fenomenografiassa käsitykset tulkitaan merkityksenantoprosesseiksi, joten erilaiset merkitykset paljastuisivat ikäihmisten erilaisissa tavoissa käsittää ikääntyminen ja siihen liitetyt ilmiöt.
- 4) Seuraavaksi tavoitteenani oli siis löytää aineistosta laadullisesti erilaisia käsityksiä ja kuvata niitä erilaisin kategorioin. Fenomenografisten käsitysten kuvailu, analysointi ja ymmärtäminen edellyttävät tilannesidonnaisuuden huomioimista, mutta tässä tutkimuksessa merkityksellisiä olivat myös yhteiskunnan vanhuskäsityksen ja sosiaalisen vanhenemisen tarkastelu. Koska kirjoituspyyntöni perustui ainoastaan avoimiin kysymyksiin, muodostin ensimmäisen vaiheen kategoriatyypit aluksi ryhmittelemällä kysymykset omiin teemoihinsa. Teemoiksi muodostuivat yksilönäkökulman kannalta iän merkitys ja sen kokeminen, hyvä vanheneminen, suhde ikääntymiseen ja muihin ikäihmisiin, ikääntyminen arjessa ja paras tapa tulla kutsutuksi. Yhteiskuntanäkökulman teemoiksi muodostuivat yhteiskunnan suhtautuminen ikäihmisiin, ihanneyhteiskunta, kenen vastuu hyvinvoinnista, halu asua kotona ja ikääntymisen huomioiminen.
- 5) Ryhmiteltyäni tiivistämäni vastaukset eri teemoihin oli mahdollista tarkastella aineistoa vertailemalla eri kysymysten sisältämiä erilaisia käsityksiä keskenään. Suurin osa kysymyksistä aiheutti vähintäänkin kaksijakoisia ja useimmiten vastakkaisia vastauksia. Täysin yksimieli-

siä eivät tämän aineiston ikäihmiset olleet yhdenkään kysymyksen kohdalla. Kokonaisuudessaan käsityksissä oli havaittavissa sekä yhtäläisyyksiä että eroavaisuuksia. Lopullinen käsitysten luokittelu alakategorioihin tapahtui käsitysten sisältämien merkitysten perusteella, jotka osoittivat ikäihmisten tapoja havaita, kokea ja käsittää ikääntyminen ja siihen liittyvät ilmiöt.

Teemoittelun lisäksi jaoin alakategoriat merkityssisältönsä perusteella yksilöä ja ikääntymistä koskevaan ryhmään sekä yhteiskuntaa ja ikäihmistä koskevaan ryhmään. Kyseinen jaottelu yksilö- ja yhteiskunnanäkökulman kesken perustuvat tutkimuskysymyksiini. Etsin aineistoni avulla vastausta siihen, millainen käsitys ikäihmisillä on omasta ikääntymisestään ja toisaalta myös siihen, miten ikäihmiset kokevat oman ikääntymisensä sosiaalisessa vuorovaikutuksessaan yhteiskunnan kanssa. Yksilöä ja ikääntymistä koskeviksi alaryhmiksi muodotui käsitys iän merkityksestä ja sen kokemisesta, käsitys hyvästä ikääntymisestä, käsitys ikääntymiseen ja ikäihmisiin liittyvistä suhtautumistavoista, käsitys siitä miten haluaa tulla kutsutuksi ja käsitys ikääntymisestä arjessa. Yhteiskuntaa ja ikäihmistä kuvaaviksi alaryhmiksi muodostuivat käsitys ihanneyhteiskunnasta, käsitys vastuusta, käsitys kotona asumisesta, käsitys ikäihmisten huomioimisesta erityisryhmänä ja käsitys yhteiskunnan suhtautumisesta ikääntymiseen ja ikäihmisiin. Aineiston jakaminen yksilöä ja yhteiskuntaa koskeviin alaryhmiin mahdollisti aineiston tarkastelemisen tutkimuskysymysteni kannalta. Kahden alakategorian perusteella pystyin jo muodostamaan käsityksen siitä, millaisia vastauksia aineistollani on antaa kahteen ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni.

- 6) Seuraavaksi tarkastelin jokaista kirjoitusta omana yksilöllisenä kokonaisuutenaan. Tavoitteenani oli muodostaa käsitys siitä, millaisia käsityksiä 21 ikäihmistä olivat kirjoittaneet vastauksissaan. Luin kirjoitukset useampaan kertaan ja tein samalla muistiinpanoja. Tässä vaiheessa minulla oli mahdollista jatkaa aiemmin muodostettujen kategorioiden ja teoreettisten lähtökohtien välistä tarkastelua.
- 7) Tarkasteltuani 21 kirjoitusta yksilöllisinä kuvauksina ikäihmisten käsityksistä, minun oli mahdollista muodostaa käsityksistä ylemmän tason kategorioita. Muodostin ylemmän tason kategoriat ensimmäisen tason merkityssisältöjen, käsitysten välisten vaihtelutarkastelujen ja teoreettisten lähtökohtien pohjalta. Tässä tutkimuksessa ylemmän tason kategorioiksi eli eräänlaisiksi ikäihmisyyden arkkityypeiksi muodostuivat: vastahakoisesti ikääntyvä, alakuloinen luopuja, saappaat jalassa kuoleva, luonnollisesti ikääntyvä ja elämästä nautiskelija. Nämä ylemmän tason kategoriat ovat tutkimukseni löydöksiä.

- 8) Muodostettuani ylemmän tason abstraktit kategoriat eli tämän aineiston perusteella muodostetut ikäihmisyyden arkkityypit (n=5), minun oli mahdollista tulkita aineistoani syvällisemmin. Tässä tutkimukseni synteesivaiheessa minulle muodostui ymmärrys ikäihmisyydestä, joka kuvastaa ikäihmisenä olemisen ja ajattelemisen erilaisia tapoja. Lopulta ratkaisin tutkimukseni arvoituksen tekemällä synteisiin perustuvia johtopäätöksiä.

## **7. YKSILÖ JA IKÄÄNTYMINEN**

Todellisuus saa Uljensin (1992, 92) mukaan merkityksensä yksilön ajattelussaan muodostamien käsitysten kautta, joten kaikille yhteisen todellisuuden olemassaolo on mahdotonta. Näin ollen jokaisen yksilön käsitykset asioista muodostavat oman todellisuutensa, eikä toinen toisensa käsityksiä voi koskaan todella ymmärtää muuten kuin kukin omalla tavallaan. Tämän tutkimuksen lähtökohtana on oletus, että ikäihmisten käsitykset ovat parhaimmillaan heidän itse ajattelemisensa merkityksissä. Tutkijana minulla on kuitenkin etuoikeutettu asema koettaa ymmärtää ikäihmisten käsityksiä omassa aineistossani.

Tässä luvussa on tarkoitus vastata siihen, millainen käsitys ikäihmisillä on omasta ikääntymisestään. Tarkastelen ikäihmisten käsityksiä fenomenografian ensimmäisen asteen kategoriatyypin perusteella, sillä niiden voidaan nähdä ilmentävän yksilötason objektiivista todellisuutta. Kategoriatyypin jaottelu yksilö- ja yhteiskuntatasoille perustuu siihen käsitykseen, että ikääntyminen ei ole todellisuutta ilman ajattelevaa ja kokevaa ihmistä (Uljens 1992, 92). Toisaalta fenomenografinen todellisuus rakentuu myös sosiaalisesti ja konstruktivisesti, joten käsitykset muotoutuvat yksilön vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa (Koskinen 2011, 268). Todellisuuden sosiaalista rakentumista eli toisen asteen näkökulmaa tarkastelen seuraavassa pääluvussa (luku 8), jolloin kiinnitän huomioni ikäihmisten ikääntymiskäsityksiin suhteessa yhteiskuntaan.

### **7.1. Käsitys iän merkityksestä ja sen kokemisesta**

Yrittäessäni ymmärtää sitä, miten ikäihmiset suhtautuvat omaan ikääntymiseensä, kiinnitin aluksi huomion siihen, mitä ikä merkitsee ikäihmisille ja millaisia tunteita ikääntyminen herättää. Tutkimukseni aineiston perusteella ikä merkitsee ikäihmisille mustavalkoisesti joko hyvää tai huonoa. Lähes puolet kirjoituksista osoitti ikäihmisten ikääntymiskäsityksen myönteisyyttä. Huomio kiinnitettiin tällöin kokemuksen karttumiseen, luonnikkaaseen elämänvaiheeseen vailla velvoitteita ja mahdollisuuteen nauttia elämästä. Positiivisesti ikään ja ikääntymiseen suhtautuvat ikäihmiset kirjoittivat toistuvasti siitä, miten ikä on päässyt yllättämään heidät. Elämä on kulunut niin nopeasti, että



vasta kynttilöiden määrä syntymäpäiväkakussa tai peiliin vilkaiseminen ovat saaneet havahtumaan kuluneisiin vuosiin.

*”Ikä merkitsee elämäntilanteen muuttumista, näköalamuutosta elämäntilanteesta – ajan lyhenemistä, kypsyistä.” Nainen 67 v.*

*”Kaikki hyvin niin kauan, kun terveyttä riittää niin paljon, että pärjää yksin ja ilman apua.” Nainen 79 v.*

Toinen puoli kirjoituksista ilmensi ikäihmisten kielteisiä käsityksiä iästään. Kirjoitukset sisälsivät pelonsekaisia mielteitä siitä, miten tulevista toimintakyvyn heikkenemisistä ja sairauksista kykenee selviytymään. Monissa kirjoituksissa ikä koettiin luopumista edellyttäväksi elämänvaiheeksi. On todettu, että viimeistään eläkkeelle jääminen näyttää tekevän oman iän ja ikääntymisen todeksi heillekin, jotka aiemmin eivät asiaa ole ajatelleet (Julkunen 2013, 61). Näin näyttää käyneen myös osalle aineistoni ikäihmisistä. Kirjoitukset osoittavat myös sen, miten yhteiskunnan vanhuskäsitys omalta osaltaan muokkaa ikäihmisen itsetuntoa ja ihmisarvoa. Tässä yhteydessä voidaan myös huomata, miten tunne yhteiskunnan ongelmana ja taloudellisena haittana olemisesta vaikuttaa ikäihmisen kykyyn kokea ikääntyminen hyvänä ja mielekkäänä ikävaiheena.

*”Työelämässä tunsin, että olen tärkeä ja minua tarvittiin. Olen yhteiskunnan ongelma ja hyvin kallis kulutus yhteiskunnalle.” Nainen 80 v.*

*”Ikä merkitsee pelkoa, miten tulen selviämään.” Nainen 77 v.*

*”Ikä merkitsee jo olemassa olevia ja tulevia sairauksia. Ikä merkitsee menetyksiä. Ikä merkitsee harrastusten karsimista.” Nainen 73 v.*

Ikäihmisten ikääntymiskäsitykset jakautuvat aineistossani laadultaan kielteisiin ja myönteisiin. Niiden lisäksi aineistossa ilmenee myös käsityksiä, joiden mukaan ikä ei merkitse yksinkertaisesti mitään, eikä se tunnu milteään. Oletan ilmiön liittyvän siihen, ettei ikääntyneillä ole tapana kohdistaa vanhuskäsityksiä koskemaan itseään (Kangas & Nikander 1999, 8-10). Iän kokemiseen liittyvissä tutkimuksissa on toistuvasti tehty havaintoja siitä, miten ikäihmiset ikään kuin kieltävät ikänsä (Jyrämä 2008, 283). Yksilön subjektiivinen kokemus iästään liittyy esimerkiksi terveydentilaan, sillä hyväkuntoinen kokee itsensä nuoremmaksi kuin huonokuntoinen ikäihminen. Toisaalta iän kokemiseen liittyy vahvasti myös vanhuuteen liitetyt stereotypiat ja yhteiskunnan vanhuskäsitys. (Jyrämä 2008, 285–287.) Vanhaksi tai vanhukseksi tunnustautuminen ei houkuta, mikäli yhteiskunnassa vallitseva ilmapiiri kohtelee ikääntyneitä negatiivisesti. Näin ollen vaikuttaakin siltä, että ikäihmiset elävät mieluummin lyhyemmän elämän kuin olisivat liian vanhoja.

Marin (1996) on todennut, että vanhuudessa ikä saattaa lopulta menettää jopa merkityksensä. Hänen mukaansa ikä merkityksellistyy ikäihmisille lähinnä elämänvaiheiden kautta eli sukupolvien ja historian jatkeena oleminen muodostavat ikäihmisten elämälle suuremman merkityksen kuin yksittäiset ikävuodet. (Marin 1996, 6-7.) Näyttää siltä, että iällä voikin lopulta olla suurempi merkitys muille kuin ikäihmisille itselleen. Asiassa on omat hyvät ja huonot puolensa, sillä ensinnäkin iän merkityksellisyys voi edistää ikäryhmään kohdistuvaa arvostusta ja erilaisia pyrkimyksiä edistää tarpeiden tyydyttämistä. Toisaalta iän korostaminen voi lisätä ikään liittyvää syrjintää ja se puolestaan voi heikentää kyseisen syrjinnän kohteeksi joutuvan ikäryhmän asemaa yhteiskunnassa (emt., 6-7).

Kirjoituksista ilmenee myös se, miten ikäihmiset ovat omaksuneet toisilleen vastakkaisia elämänasenteita – lasi nähdään olevan puoliksi tyhjä tai täynnä. Näiden elämänasenteiden ääripäitä kuvaavat hyvin esimerkit käsityksistä, joista 77-vuotiaan naisen mukaan ikääntyminen on ”lopun alkua” ja 80-vuotiaan naisen mukaan taas ”ikä ei ole ongelma”. Nyky-yhteiskunnassa vallitsevat biolääketieteellinen ja sosiokulttuurinen vanhus käsitys edustavat näitä näkökulmia ikääntymisestä. Sairauksia ja raihnastumista korostava käsitys näkee ikääntymisen väistämättömänä vaiheena ennen kuolemaa, kun taas sosiaalisen vanhenemisen vuorovaikutuksellisuutta ja sopeutumista korostava näkemys ei kohtele ikää ongelmista suurimpana. Näiden kahden käsityksen väliin jää 66-vuotiaan naisen kokemus ikääntymisestä: ”Rakastaminen on aidompaa, kun tietää pian menettävänsä kaiken.” Lause sopii toki ikään kuin ikään, mutta siihen sisältyy ristiriitaisen synkkää viisautta – elämästä kannattaa nauttia ennen kuin siitä on ihan pakko luopua.

Kirjoituksista korostuu myös erityisen selvästi piirre, joka liittyy ikääntymiseen ja sukupuoleen. Sosiaalinen vanheneminen ei kohtele miehiä ja naisia samalla tavalla. On kiintoisaa huomata, että kysymys ”mitä ajattelet omasta ikääntymisestääsi ja millaisia tunteita se herättää”, aktivoi aineistoni 21 kirjoituksesta jopa kolmea naista kommentoimaan omaa ulkonäköään.

*”Ensin et tunne ja huomaa mitään, olet vain aina se sama sisimmässäsi, kunnes katsot peiliin ja näet ja kysyt, mikä on vika peilissä? Posket roikkuu, tissit roikkuu, maha on kamala. Et ole ollut ikinä kaunis omasta mielestäsi, mutta tämä vie voiton, joutaisit roskikseen. Älä katso peiliin. Elä terveellisesti niin olet edes terveen näköinen. Kauneusleikkauksen kun saisi, niin suupieletkin nousisi hymyn suuntaan.” Nainen 77 v.*

*”Ei sitä oikeastaan ajattele muulloin kun sitten kun oikein on kipeä joku paikka ja huomaa että ei enää pysty siihen kuin nuorena. Jos ei muuten tiedä niin vilkaisu peiliin, ihmettelee mikä pahus tuokin on.” Nainen 77 v.*

*”Peilistä katsova rypistyvää naama ei aina ilahduta.” Nainen 66 v.*

Tarkasteltaessa sukupuolistunutta ikääntymistä voidaan todeta, että naiset menettävät ikääntyessään kaksi heille tärkeäksi osoitettua ominaisuuttaan eli hedelmällisyytensä ja ulkonäkönsä. Miesten

ikäntymisessä ei sen sijaan ole kyse ulkonäöstä ja potenssin menettämisestä, vaan pikemminkin sosiaalisesta asemasta ja erilaisista saavutuksista. (Julkunen 2013, 61.) Näin ollen käsitys ikääntyvistä naisista on ahtaampi ja kielteisempi kuin ikääntyvän miehen (Kangas & Nikander 1999, 9). Naisten osalta aktiivisen ikääntymisen edellyttämät toimenpiteet ulottuvat ulkonäön rapistumiseen ja ruumiillisuuteen (Kangas & Nikander 1999, 13). Ulkonäöstä huolehtiminen ja terveelliset elämäntavat ovat tulleet yhä tärkeämmäksi osaksi elämää. Samassa yhteydessä ikääntymisestä on muodostunut luonnotonta eli jotain mitä pitää vastustaa ja piilottaa. Tästä ikääntymiseen liittyvästä biolääketieteellisestä vanhuskäsityksestä kärsivät erityisesti luonnonvoimia vastaan taistelemaan joutuvat naiset.

Ilmiö vahvistaa ajatusta siitä, miten voimakas vaikutus yhteiskunnan vanhuskäsityksellä ja ikään liitettyillä ”parasta ennen” – merkinnöillä on. Nuoruuden ihannoinnin aikakaudella ulkonäöstä on muodostunut yksi voimakkaammin naiseutta määrittävistä tekijöistä, eikä näiltä paineilta vältty ikääntyvätkään naiset. Oletan, että tulevaisuudessa ulkonäköpaineilta eivät vältty myöskään miehet, sillä nuoremmissa sukupolvissa on paljon poikia ja nuoria miehiä, jotka ovat viettäneet yllättävänkin paljon aikaa peilin edessä hiussuortuviaan ojennellen. Asia voidaan nähdä niin, että ulkonäkökeskeisyyden korostuessa yhä enemmän molempiin sukupuoliin, tulevaisuuden ikäihmisten heterogeeninen erilaisuus on yhä moniulotteisempaa ja monimuotoisempaa. Ikäsidonnaisuuksien väljentämisen lisäksi vanhuskäsitystä olisi siis laajennettava myös erilaisten sukupuolisidonnaisuuksien vapauttamiseksi.

## **7.2. Käsitys hyvästä ikääntymisestä**

Käsitys hyvästä ikääntymisestä aiheuttaa parhaimmillaan pohdintoja siitä, millaiseksi kokee oman olemassa olevan ikääntymisensä suhteessa siihen millaiseksi kokee ihanteellisimman ikääntymisen. Kysymys siitä ”millaisena näet hyvän ikääntymisen” toi esiin yhdeksän erilaista hyvään elämään liittyvää piirrettä. Suurin osa aineistoni ikäihmisistä korostaa hyvässä ikääntymisessä erityisesti terveyttä ja sen mahdollistamaa toimintakykyä. Terveys ja toimintakyky mahdollistavat myös itsenäisyyden, jonka aineistoni ikäihmiset kokivat myös tärkeäksi osaksi hyvää ikääntymistä. Aineistossani ilmenevät käsitykset vahvistavat Kariston ja Konttisen (2004, 38–44) tutkimuksessaan saamia tuloksia siitä, miten ikäihmiset arvostavat terveyttä yli kaiken muun. Terveiden nähdään mahdollistavan sen, mitä ihmiset tavallisesti tavoittelevat eli ensisijaisesti toimintakykyisyyttä ja autonomiaa.

*”Jalkojen, käsien ja aivojen toiminta, sillä varauksella että löytäisin käyttöä kaikille noille elimille.” Mies 68 v.*

*”Hyvä vanhuus tarkoittaa sitä, että fyysinen kunto on kohdallaan.” Mies 66 v.*

Myös Jyrkämän (1995, 195–197) väitöskirjatutkimuksen mukaan yli puolet ikäihmisistä koki terveyden ja ruumiillisen kunnon säilymisen tärkeimmäksi tekijäksi hyvälle vanhenemiselle. Hänen tutkimuksessaan ikäihmisten hyvä vanheneminen edellytti myös riittävää toimeentuloa, myönteistä elämänasennetta sekä hyviä ihmissuhteita. Omassa tutkimuksessani ikäihmisten käsitykset hyvästä ikääntymisestä ovat tutkimusten välillä kuluneista kahdestakymmenestä vuodesta huolimatta samansuuntaiset, sillä aineistoni kirjoitusten perusteella ikäihmiset korostavat terveyden ja toimintakyvyn lisäksi ihmissuhteiden ja oman positiivisen asenteen merkitystä. Muina merkittävinä tekijöinä mainittiin myös riittävä toimeentulo, harrastusten avulla ylläpidetty aktiivisuus, laitoshoitoon joutumattomuus sekä mahdollisuus olla kunnioitettu ja arvostettu elämänsä loppuun asti.

*”Pysyisin kohtalaisissa sielun ja ruumiin voimissa, että minulla olisi tarvittaessa jotain läheisiä lähelläni ja sitten kun aikani on täältä lähtee, saisin nukkua omaan sänkyyni.” Nainen 77 v.*

*”Hyvä vanhuus on olla terve niin ruumiin kuin hengenkin puolesta. Saada tarvittaessa apua ja tuntea, että joku välittää.” Nainen 77 v.*

Hyvän ikääntymisen määrittelyn yhteydessä ikäihmiset ottivat tutkimuksessani kantaa myös siihen, millaiset tekijät johtavat huonoon ikääntymiseen. Tällaisia tekijöitä olivat erityisesti laitoshoitoon joutuminen ja sairauksien aiheuttama toimintakyvyn heikkeneminen. Tämän tutkimuksen aineistossa myös yksinäisyys ja toimeentulovaikkeudet nähtiin uhkatekijöinä hyvälle ikääntymiselle.

*”Huonoa ikääntymistä olisi, jos joutuisin laitokseen, jossa olisin petipotilaana nostettavissa ja syötettävissä.” Mies 85 v.*

*”Sama kuntotaso, henkisen energian taso ja sama aloitekyky. Näihin uskoin, en saavuttanut!” Mies 67 v.*

Tulokset myötäilevät Kariston ja Konttisen (2004) ja Vanhusbarometrin (1999) saamia näyttöjä siitä, että ikäihmiset kokivat itselleen suurimmiksi ongelmiksi ja uhiksi etenkin sairaudet ja toimintakyvyn vajaukset (Karisto & Konttinen 2004; Vaarama ym. 1999). Barometrin mukaan myös kolmannes ikäihmisistä kärsi taloudellisista vaikeuksista ja niin ikään kolmannes koki itsensä usein tai joskus yksinäiseksi. Yksinäisyys oli suoraan verrannollinen ikäihmisten tyytymättömyyteen omaan elämäänsä. Tyytymättömyyttä lisäsivät erityisesti runsas vapaa-aika, sairaudet ja vähäiset sosiaaliset suhteet. (Vaarama ym. 1999.) Karisto ja Konttinen (2004, 58) havaitsivat tutkimuksessaan, että ikääntymiseen liittyvien haittojen kokeminen ei lisäännä iän myötä, vaan haittoja olivat kokeneet ”nuoret vanhat” eli vasta eläkeiän kynnyksellä olevat ikäihmiset. Ilmiötä selittää korostu-

nut herkkyys erilaisille haittakokemuksille, jotka vähenevät ajan myötä, kun erilaiset ikääntymiseen liittyvät muutokset lisääntyvät.

### 7.3. Käsitys ikääntymiseen ja ikäihmisiin liittyvistä suhtautumistavoista

Ymmärrys siitä, millainen käsitys ikäihmisellä on omasta ikääntymisestään, edellyttää tietoa myös siitä, onko ikäihmisen käsitys ikääntymisestä ja ikäihmisistä muuttunut elämän varrella. Tämän kysymyksen kohdalla oletin, että ikääntymisen mukanaan tuoma uusi elämänvaihe korostaisi käsitysten muuttumista. Perustin olettamukseni omiin kokemuksiini lapsuudesta nuoruuteen ja nuoruudesta aikuisuuteen siirryttäessä, mutta myös kehityspsykologisiin teorioihin elämänvaiheiden muutoksiin liittyvästä kypsymisestä. Oli kuitenkin yllättävää huomata, että jopa puolet aineistoni ikäihmisistä kokee käsitystensä pysyneen muuttumattomina. Tulos tukee vanhusbarometrin (1999) tuloksia, joiden mukaan suurin osa ikäihmisistä oli sitä mieltä, että ikääntymisen myötä ihmiset suhtautuvat ikäihmisiin edelleen samoin kuin ennenkin (Vaarama ym. 1999, 8–11).

*”En muista ajatelleeni vanhoista ihmisistä mitenkään erikoisemmin. Pidin vanhenemista luonnollisena asiana.” Nainen 79 v.*

*”Suhtaudun kaikkiin ihmisiin kuten aina. En ole huomannut että minua kohdellaan eri tavoin kuin nuorempana.” Nainen 73 v.*

Havaitsin käsitysten muuttumattomuutta korostavissa kirjoituksissa puolustuskannan. Muuttumattomuutta perusteltiin hyvänä käytöksenä, kotona annettuna kasvatuksena ja vanhuksista pitämisenä. Kaiken lisäksi käsitysten mahdollinen muuttuminen tuntuu tarkoittavan heille lähinnä epäsovivaa käytöstä tai vanhuuden oudoksumista pikemmin kuin suvaitsevaisuuden tai ymmärryksen lisääntymistä.

*”Jo lapsuuskodin kasvatus oli, että vanhoja ihmisiä täytyy kunnioittaa ja auttaa.” Nainen 77 v.*

*”Olen aina pitänyt vanhoista ihmisistä. Viihdyn yhä edelleen ikäihmisten joukossa.” Nainen 73 v.*

Aineistoni perusteella ajatus käsitysten muuttumisesta tai muuttumattomuudesta jakautuu siis kahteen osaan. Näin ollen vanhusbarometrin tuloksista poiketen jopa puolet aineistoni ikäihmisistä kokee omien käsitystensä muuttuneen vuosien saatossa. Muuttuneet käsitykset kuvailtiin lähinnä positiivisiksi muutoksiksi ja niissä oli havaittavissa käsityksiä ikääntymisen mukanaan tuomasta kypsymisestä ja viisastumisesta. Kirjoitukset osoittivat käsitysten muuttuneen uutta ikävaihetta ja ikätovereita kunnioittavampaan suuntaan, eikä yksikään kirjoitus ilmentänyt käsitysten muuttuneen vanhenemista, ikää tai ikääntymistä vähemmän arvostavaksi.

*”Oman ikääntymisen myötä ilman muuta vähän ajattelutapa muuttuu!” Nainen 79 v.*

*”Asenteeni on selvästi muuttunut. Huomioin enemmän muita vanhoja ihmisiä ja autan aina tarvittaessa.” Nainen 66 v.*

Muuttuneet käsitykset ilmensivät myös huomioita ikään ja elämänvaiheen pituuteen liittyvistä teki-  
jöistä. Kirjoituksista käy hyvin ilmi yhteiskuntamme vanhuskäsityksen muuttuminen ikäihmisten  
elinaikana, sillä esimerkiksi se mikä määriteltiin ennen vanhaksi, on nykyisin vasta keski-ikäistä.  
Toisaalta kirjoituksista ilmenivät myös muuttuneet käsitykset siitä, miten vanhuuden elämänvaihet-  
ta elää nykyisin sekä hyvän että huonon toimintakyvyn omaavia ikäihmisiä. Elinajan pidennyttyä  
vanhuskäsitykset ovat siis väistämättä kokeneet muutoksen. Se mikä ennen oli sopivaa ja tarpeen-  
mukaista ei sellaisenaan enää välttämättä sovellu nykypäivään.

*”Kaikki asiat ovat muuttuneet. Minun nuoruudessani jo 50-vuotias oli vanha. Nykyään 70–80-vuotiaat kul-  
kevat laivaristeilyillä ja tanssimassa minkä ehtivät. Osa vanhoista on niin huonokuntoisia että ovat kotona ja  
saavat palveluita. Osa asuu palvelutaloissa loppuun asti.” Nainen 78 v.*

*”Kyllä, lapsena ollessani henkilöt täytettyään 50 saivat pääsääntöisesti lahjaksi hopeapäisen kepin, jo! 27  
vuotta sitten täytettyäni 50 vuotta sain uudet laskettelusukset, että silleen.” Nainen 77 v.*

Kirjoituksista ilmenee myös se, miten oman suhtautumisen ei välttämättä koeta muuttuneen, mutta  
muiden kohdistaman suhtautumistavan on silti havaittu muuttuneen.

*”En suhtaudu eri tavoin, olen aina ymmärtänyt että ihminen vanhenee. Nyt on sama tunne kuin silloin ennen  
kohdatessani ikääntyneitä ihmisiä. Kyllä olen huomannut, että mielipiteitäni arvostetaan ja kyllä myös hy-  
vässä mielessä hymyillään.” Mies 85 v.*

*”Ihan viime aikoina lasten perheet ovat alkaneet uskoa, että mummi vanhenee.” Nainen 79 v.*

Toisaalta suhtautumistapa voi myös muuttua sekä omalta että muidenkin osalta, kuten seuraava 66-  
vuotiaan naisen rehellinen käsitys asiasta osuvasti kuvaa:

*”Nuorena vanhempia henkilöitä ei edes huomionut. Ehkä ikä on tehnyt silmästä tarkemman. Miehet ei enää  
vihellä perään, mikä harmittaa.” Nainen 66 v.*

Kariston ja Konttisen (2004, 60) tutkimuksesta käykin ilmi, että ikäihmiset ovat maininneet erityi-  
sesti tanssit, seurustelun, flirttailun ja seksin sellaisiksi sosiaalisen kanssakäymisen osa-alueiksi,  
joilla he kokevat iästään olevan enemmän haittaa kuin hyötyä. Suhtautumistavat saattavat siis lopul-  
ta muuttua niin sukupolvien välillä kuin myös saman ikäryhmän sisälläkin.

#### 7.4. Käsitys siitä miten haluaa tulla kutsutuksi

Erilaiset käsitteet sisältävät aina merkityksiä. Ei ole yhdentekevää millaisia käsitteitä päätämme käyttää, sillä kieli ilmentää käsityksiämme erilaisista asioista. Ajan myötä yhteiskunnassa käytetyt ikääntymiseen liittyvät käsitteet muuttuvat, mutta aivan kuten käsitykset myös käsitteet saattavat olla syvään juurtuneita. Viimeaikaisimmat muutokset liittyvät vanheneminen ja vanhus käsitteiden nykyaikaistamiseen, joten nykypuheen eli mainosten ja uutisten, arkikäsitysten, kirjallisuuden ja tutkimuksen kielen ovat vallanneet ikääntymisen ja ikäihmisen käsitteet. Käsittemuutokset tuottavat uudenlaisia ikämielikuvia, jolloin ikäihmisen mahdollisuudet poiketa yhteiskunnan vanhuskäsityksistä tulevat mahdollisemmiksi. (Kaskiharju 2004, 277–281.)

Toisaalta pidentynyttä vanhuuden elämänvaihetta on alettu myös kutsua käsitteillä kolmas ja neljäs ikä. Aineistoni kirjoituksissa ei kuitenkaan ollut viittauksia näihin käsitteisiin. Mieluiten ikäihmiset ilmoittivat kirjoituksissaan käyttävänsä käsitteitä vanheneminen, vanhuus ja ikäihminen. Vanhus-käsitteen kielteisyyys ilmeni usein sellaisessa yhteydessä, jossa on tarkoitus osoittaa oman iän etäisyys erityisen huonosta toimintakyvystä, laitoshoidon tarpeesta tai kuoleman läheisyydestä.

*”Minulle on samantekevää miksi kutsutaan. Täytyy silti sanoa, että sana vanhus kuulostaa vähän ennenaikaiselta.” Nainen 78 v.*

Suhtautuminen vanhus-käsitteeseen vaikuttaa ristiriitaiselta, sillä osa ikäihmisistä kokee kyseisen käsitteen erityisen juhlavaksi tai kunnioitusta osoittavaksi. Toisaalta vanhus-käsitteeseen suhtaudutaan myös huolettoman välinpitämättömästi, mutta kuitenkin niin, että sen käyttäminen on omalla kohdalla suotavaa.

*”Vanhus on kunnianimi.” Nainen 80 v.*

*”Minulle henkilökohtaisesti ei ole merkitystä. Vanhus sopii hyvin.” Nainen 77 v.*

*”Olen aivan mielelläni vanhus!” Nainen 67 v.*

Käsitys siitä, miten ikäihmiset haluavat tulla kutsutuksi ei näytä aineistoni perusteella noudattavan yhtenäistä logiikkaa. Kyse lienee yksilöllisistä mieltymyksistä pikemmin kuin ikäihmisten yhteisestä tahtotilasta. Suurin osa kirjoitusta ilmensi sellaista käsitystä, jonka mukaan käytettävällä käsitteellä ei ole mitään merkitystä.

*”Ei mitään merkitystä, ikä pysyy samana vain vuosia lisää.” Nainen 77 v.*

*”Jos itse arvostaa itseään sen ikäisenä kuin on, on mielestäni sama, mitä nimitystä käytetään.” Nainen 76 v.*

Kaikesta huolimatta kaikki aineistoni ikäihmiset osoittivat kuitenkin taipumusta valita itseään miellyttävin nimitys. Suurin osa heistä haluaa tulla kutsutuksi ikäihmiseksi, mutta toiset kokevat olevansa kaikkia mahdollisia nimityksiä ja toiset eivät halunneet minkäänlaisia nimityksiä osakseen. Ristiriitaisesti suhtaudutun vanhus-käsitteen ja suositun ikäihmis-käsitteen lisäksi myönteisiä mainintoja saivat myös käsitteet eläkeläinen ja seniori. Näitä käsitteitä haluttiin käyttää erityisesti erotuksena vanhus-käsitteeseen.

*"Olen noita kaikkia. Asialla ei ole merkitystä. Seniori on vieraalta kalskahtava."* Nainen 73 v.

*"I Eläkeläinen, II seniori. En halua, että minua sanotaan vanhukseksi."* Mies 67 v.

*"Olen niin hyvässä kunnossa en halua että minua kutsutaan näillä nimillä."* Mies 66 v.

Osa ikäihmisistä tiesi yksiselitteisen tarkasti, miksi haluavat tulla kutsutuiksi ja pitivät asiaa merkityksellisenä. Syynä tähän lienee se, että ikää on ajateltu ja sen kantamiseksi on omaksuttu tietty käsite, joka kuvaa elettyä elämänvaihetta. Erityisesti ikä-alkuisten sanojen mielekkyys voi perustua niiden taustalla vaikuttaviin mielikuviin, sillä esimerkiksi ikäihmisenä olemiseen on sisällytetty ajatus aktiivisesta vanhuksesta. Jopa käsite iäkäs ihminen sisältää aktiivisempia mielikuvia kuin käsitteet vanhus ja vanha ihminen. (Tainio 1999, 257.) Muutama ikääntynyt nainen kertoi haluavansa olla vain lapsenlapsilleen mummoja. Heille käsite mummo oli kunnianimi, joka oli oikeutettu vain rakkaiden lastenlasten käyttöön.

*"Mummo olen vain omille lapsenlapsilleni."* Nainen 67 v.

Raili Gothoni (2007) on pohtinut mummo-käsitettä. Hän on huomannut, että mummous on positiivista puhuttaessa isovanhemmuudesta, mutta mummottelu muussa tarkoituksessa saa usein kielteisen tai koomisen sävyn. Mummottelun takia monet naiset vanhenevat vasta sitten, kun he itse päättävät niin voivan tapahtua ja vasta kun he sitä itse haluavat. Nuorekkuutta ihannoiva kulttuuri ja mummottelu asettavat naisille tarpeen suojautua ja elää kuin elämä ei poikkeuksellisesti ikäännyttäisi heitä. (Gothoni 2007, 13.) Tutkimuksessani ilmenevä jaottelu meidän ja muiden mummottelun ehdottomuuteen voidaan nähdä tukevan Gothonin (2007) näkemyksiä. Näyttääkin siltä, että mummona olemisen isovanhemmuutena on luonnollista ja hyvää, mutta muussa tarkoituksessa mummoksi puhuttelemisen tulkitaan leimaavaksi ja ehkä jopa tunkeilevaksi.



## 7.5. Käsitys ikääntymisestä arjessa

Tutkimukseni aineiston perusteella ikääntymisen näkyminen arjessa on yksilöllistä. Kirjoituksista voisi tulkita, että iän näkyminen arjessa ei ole sidonnainen vain ikäihmisen ikään. Sen sijaan näyttää siltä, että iän näkyminen arjessa on vahvasti sidonnainen ikäihmisen elämänasenteeseen. Erityisen myönteisellä elämänasenteella varustetut ikäihmiset vaikuttavat kirjoitustensa perusteella kaikkein vähiten ikäsidonnaisilta arjen toiminnoissaan. Heidän elämässään ikä ei näytä määrittävän olemisen tapaa, vaikka on oletettavaa, että asiaan vaikuttavat lopulta muutkin tekijät kuin pelkkä asenne. Ikääntyminen on pohjimmiltaan biologinen prosessi, jonka etenemisen tahdille ikäihminen ei voi mitään. Silti elämänasenne vaikuttaa aineistoni perusteella vaikuttavan olennaisesti siihen, miten ikäihminen suhtautuu omaan ikääntymiseensä ja sen mukanaan tuomiin haasteisiin.

Tarkastellessani aineistoani kokonaisuutena saatoinkin havaita myös toimintakykyyn liittyvien kokemusten välistä yksilöllistä vaihtelua. Tätä huomiota tukevat tutkimukset, joiden mukaan ikäihmisten toimintakyvyllä on huomattavia eroja riippumatta diagnosoitujen sairauksien määrästä. Terveystilaa määriteltäessä toimintakyvystä onkin tullut yhä tärkeämpi osa kokonaisuutta, sillä yksilöllisten erojen takia ikäihminen voi olla aktiivinen sairauksistaan huolimatta, kun taas toisaalta ikäihmisen toimintakyky voi myös olla heikko, vaikkei sairauksia olisikaan. (Pohjolainen 2013, 118–137.) Kyse ei ole vain iästä, vaan ihmisen kokonaisvaltaisista voimavaroista, jotka auttavat ikäihmistä sopeutumaan ikääntymiseen. Toimintakyvyn yksilöllistä eroavaisuutta ja ehkä myös elämänasenteellista eroa kuvastavat seuraavat esimerkit, joissa 80-vuotias nainen sekä 66-vuotias mies kuvaavat oman ikääntymisensä näkymistä arjessa.

*”Minun arjessani ei vanhuus vielä näy kovinkaan.” Nainen 80 v.*

*”Ikääntyminen näkyy eläkkeellä olona, unohtelemisena, unettomuutena ja haluttomuutena.” Mies 66 v.*

On huomionarvoista, että kaikki kirjoituksissa mainitut ikääntymisen merkit arjessa viittaavat vain ikääntymisen kielteisiin ominaisuuksiin. Näyttää siis siltä, että ikääntyminen koettiin näiden kirjoitusten perusteella vain arkea haittaavaksi tekijäksi. Ikääntymisen kielteiset vaikutukset arjessa liittyvätkin pääasiassa erilaisiin fyysisen toimintakyvyn muutoksiin, mutta myös muutoksiin ikäihmisten kognitiivisissa toiminnoissa (kuten muistin heikkenemisessä) sekä psyykkisessä vireystilassa (kuten haluttomuudessa ja masentuneisuudessa).

*”Olen tullut hitaammaksi, unohtelen nimiä, asioita ja sanoja, olen kömpelö ja kaikki hidastuu.” Nainen 79 v.*

*”Aistit heikkenevät, refleksit hidastuvat, muisti alkaa pettää, kuitenkin elämää ilman kiirettä ja velvollisuuksia.” Nainen 73 v.*

Osa ikäihmisistä korostaa ikääntymisen näkymistä arjessa erilaisina sosiaalisina roolimuuтокsina ja yhteiskunnallisten velvollisuuksiensa vähentymisenä. Elinajan pitenemisen myötä ikäihmiselle ehtii elämän aikana kasautua erilaisia rooleja yhä enemmän. Elämänsä kuluun sisältyy monia joustavia ja pakollisia rooleja, joiden välinen tasapainoilu on erityisen voimakasta aikuisuudessa. (Nikander 1999, 213–217.) Vanhuudessa roolien määrä ja pakot vähenevät, joten ikäihmisillä on enemmän vaihtoehtoja valita itselleen sopivimmat roolit.

*”Arki on muuttunut. Roolit ovat muuttuneet. Tulot ovat vähentyneet. Voi itse vaikuttaa ajankäyttöön. Toimintakyvyn säilyttäminen on priorisoitava korkeammalle kuin nuorempana.” Nainen 67 v.*

Ikäihmisten kirjoituksissa ilmenevien käsitysten mukaan arjen yksinäisyys on lisääntynyt ikääntymisen myötä. Yksinäisyys on ikääntyneiden ihmisten yleisin sosiaalinen ongelma. Se on luonteeltaan subjektiivista ja monimuotoista, joten sen kokemisessa esiintyy voimakasta yksilöllistä vaihtelua. Lisäksi se voi olla pitkäkestoista tai ohimenevää. Yksinäisyyteen vaikuttavat persoonallisuuden piirteet ja tilannetekijät. Sitä ei aina koeta uhaksi, vaikka yksinäisyys useimmiten määritelläänkin kielteiseksi kokemukseksi. Sekä kielteisessä että positiivisessa yksinäisyydessä on kyse puutteelliseksi koetuista vuorovaikutussuhteista, mutta positiivisessa yksinäisyydessä sosiaalisuuden puuttuminen on itse valittua. (Tiikkanen 2013, 288.)

*”Ikääntymisen myötä paljon hiljaisia päiviä, yksin oloa, vaikka en ole yksinäinen. Eikä aika tule pitkäksi, aina on tekemistä.” Nainen 79 v.*

*”Yksinäisyys on sellainen mikä ei aina ole mukavaa.” Nainen 77 v.*

Kokemuksellinen yksinäisyys liittyy vastentahtoisuuteen, jolloin se ei ole valittua ja vapaaehtoista. Omaisten ja ystävien puuttuessa yksinäisyydestä voi muodostua sosiaalinen ongelma, joka aiheuttaa hyvinvointia vahingoittavaa kärsimystä. Parhaimmillaan yksinäisyys on vapaaehtoista ja tietoisesti tehty valinta, joka ylläpitää yksilön voimavaroja. Tällöin ikäihminen ei koe olevansa yksinäinen, vaikka viettääkin aikaa yksin. (Näslindh-Ylispangar 2012, 20–25.)

## **7.6. Yhteenveto ikäihmisten omaan ikääntymiseensä liittämistä käsityksistä**

Kirjoitusten perusteella muodostamani ymmärrys ikäihmisten omaan ikäänsä ja ikääntymiseensä liittämistä käsityksistä osoittautuu yhtä kaksijakoiseksi kuin yhteiskunnassamme vallitseva vanhuskäsityskin. Toisaalta kirjoituksissa ilmenee voimakas samaistuminen biolääketieteellisen vanhuskäsityksen antamaan kuvaan ikääntymisestä toimintakyvyn heikkenemisenä, sairauksien lisääntymi-

senä ja raihnastumisena (Koskinen 2007, 36). Asia voidaan nähdä samaistumisena, mutta toisaalta myös biologisena vääjäämättömyytenä. Ihmisyksilön elinikä on rajallinen, eikä elimistö kestä kulumatta loputtomiin.

Analyysini perusteella on mahdollista todeta, että ikäihmiset tuntuvat omaksuneen sopeutuvan ja pärjäämistä edellyttävän tavan olla vanhoja. Heidän käsityksissään ja elämässään sopeutuminen ja pärjääminen tarkoittavat pikemminkin sinnittelyä ja luopumista. Näin ollen yhteiskunnan vanhuskäsitykseen sisällytetyt myönteiset tavoitteet aktiivisista, toimintakykyisistä ja kaikki voimavaransa valjastaneista ikäihmisistä eivät täyty. Lisäksi lähes jokaisessa kirjoituksessa on ilmaistu huoli neljännestä iästä: sen saavuttaminen nähdään avuttomuutena ja henkisenä kuolemana, mutta ei onnekaana ja onnistuneena tapahtumana. Neljänteen ikään liitetyt mielikuvat sisältävät vain hoivan ja hoidon tarpeessa olevan vanhuksen, ikään kuin neljännen iän kynnyksellä katoisi koko ikäihmisyyden sisältö elämänkokemuksineen, muistoineen, mielihaluineen ja mielitekoineen

Edellä esitetystä huolimatta kirjoituksissa ilmenee myös käsityksiä, joissa korostuvat sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen aktiivisuusteoreettiset pyrkimykset eli voimavarojen hyödyntäminen ja onnistuneen ikääntymisen tavoittelemisen (Hakonen 2008, 33). Myönteisyydestään huolimatta aktiivisuusteoreettisessa näkemyksessä ikääntyminen tulee kohdatuksi suorituksena, jonka tavoitteeksi on asettunut onnistunut vanheneminen. Aineistoni perusteella ikääntymisen onnistuminen vaikuttaa kuitenkin saavuttamattomalta tavoitteelta, sillä ikäihmisten kirjoitukset osoittavat heidän välttävän samaistumista varsinaiseksi vanhuudeksi luokiteltuun neljänteen ikään.

Tutkimukseni perusteella vahvistuu ymmärrys siitä, että ikääntyminen on sosiaalista ja ikäihmisten käsitykset ovat kaikilta osiltaan sidoksissa sosiaaliseen vanhenemiseen (kts. myös Jyrkämä 2008, 278–279). Sosiaalinen vanheneminen ilmenee vähittäisenä siirtymisenä kohti vanhana olemista eli vanhuutta. Vanhuus on sosiaalisen vuorovaikutuksen tuloksena ikääntyneelle väestönosalle muotoutunut yhteiskunnallinen asema, johon siirtyminen sisältää passiivista sosiaalistumista ja sopeutumista sekä aktiivista toimijuutta. (Jyrkämä 1995, 40.) Kirjoituksista muodostamani ymmärryksen perusteella on mahdollista todeta, että ikääntyminen ei muuta ikäihmistä ja hänen persoonallisuuttaan aivan toiseksi ihmiseksi. Näin ollen ikääntyminen on luonnollinen osa elämää, eikä ole mahdollista sanoa tarkkaa ajankohtaa sille, milloin ikäihmisestä tulee vanha. On siis eri asia tulla luokitelluksi vanhaksi kuin tuntea itsensä vanhaksi (Jyrkämä 1990, 91).

## 8. YHTEISKUNTA JA IKÄIHMINEN

Edellisessä luvussa tarkasteltiin yksilöä ja ikääntymistä fenomenografian ensimmäisen asteen kategoria-tyyppien perusteella niin, että niiden avulla oli mahdollista tulkita ikään ja ikääntymiseen liittyviä ikäihmisten käsityksiä. Tässä luvussa keskityn tarkastelemaan aineistoa fenomenografian toisen asteen näkökulmasta eli kiinnitän huomioni ikäihmisten todellisuuden rakentumiseen sosiaalisesti ja konstruktiivisesti. Tarkoitukseni on löytää vastaus siihen, miten yhteiskunnan vanhuskäsitys näyttäytyy ikäihmisten käsityksissä. Tarkastelun kohteena on myös se, haluavatko aineistoni ikäihmiset samoja asioita kuin yhteiskunnan vanhuskäsitystä edustava ikääntymispoliittinen järjestelmä.

Tutkimuksessani sosiaalisen vanhenemisen ajatellaan tarkoittavan myös yhteiskunnan vanhuskäsitystä eli sitä miten ikääntymistä ja ikäihmisiä kohdellaan yhteiskunnassa. Yhteiskunnan harjoittamalla ikääntymispolitiikalla onkin merkittävä rooli yhteiskunnan vanhuskäsityksen muotoutumisessa. Poliittisessa keskustelussa esiin nostetut puheenaiheet toimivat esikuvana tiedotusvälineille ja muulle julkiselle keskustelulle, joten yhteiskunnan keskusteluilmapiiri, käytetty kieli ja valitut käsitteet vaikuttavat väistämättä yhteiskunnan kanssa vuorovaikutuksessa elävien kansalaisten ajattelutapoihin. Näin ollen yksilön ja yhteiskunnan välinen sidonnaisuus tuottaa vuorovaikutuksessaan merkityksiä, jotka vaikuttavat yksilöiden tapaan kohdata oma ja muiden ikääntyminen (Hakonen 2008, 47).

### 8.1. Käsitys ihanneyhteiskunnasta

Poliittisen järjestelmän heikkoutena voidaan pitää resurssien riittämättömyyttä ja keskenään ristiriidassa olevia tarpeita. Näin ollen ihanneyhteiskunnan toteuttaminen on tavoittamaton unelma ainakin, jos ihanteena pidetään sellaista yhteiskuntaa kuin mitä olen tutkimuksessani kautta linjan korostanut: hyvää yhteiskuntaa kaikille. Tavoite on ehkä utopistinen, mutta sen tavoittelemisen tekee elämästä elämisen arvoista. Kirjoituspyynnössäni oli osio, jossa ikäihmisillä oli mahdollisuus unelmoida yhteiskunnasta, joka olisi ikääntyneiden kannalta kaikkein ihanteellisin. Odotin saavani kirjoitusten perusteella ymmärrystä siitä, millainen käsitys ikäihmisillä on nyky-yhteiskunnasta ja toisaalta ihanneyhteiskunnasta. Ennen kaikkea oletin, että kysymys olisi inspiroiva. Sain yllättyä, sillä kaikki ikäihmiset eivät halunneetkaan unelmoida paremmasta. Kirjoituksista ilmeni, että osa ikäihmisistä ei kokenut tai havainnut yhteiskunnassa mitään korjattavaa.

*”En kaipaakaan ihanneyhteiskuntaa. Pahempaakin on nähty.” Nainen 79 v.*

Suurin osa kirjoituspyyntöni vastanneista ikäihmisistä kuitenkin tarttui mahdollisuuteen haaveilla paremmasta yhteiskunnasta. On totta, että unelmointi on turhaa, mikäli ei edetä sanoista tekoihin. Tuskin kuitenkaan mikään parannus tai olemassa olevan ylläpitäminen olisi mahdollista ilman haaveilua ja toivetta saman tai paremman tilanteen saavuttamisesta. Ne kirjoitukset, joissa unelmoidaan ihanneyhteiskunnasta, kuvaavat oivallisesti ikäihmisten käsityksiä yhteiskunnan nykytilasta ja siitä missä olisi heidän käsitystensä mukaan parannettavaa.

*”Thanteellista olisi, että ikääntyvä saisi asua kotona mahdollisimman pitkään ja kun se ei enää ole mahdollista toivottavasti voisi siirtyä kodinomaiseen palvelutaloon. Olisi hienoa, että ikääntyviä kunnioitettaisiin ja heidän kokemuksiaan arvostettaisiin ja otettaisiin ehkä oppiakin.” Nainen 77 v.*

*”Saada kunnollista hoitoa ja huolenpitoa omassa kodissa tai siihen tarkoitettussa paikassa. Ja että vanhukset saisivat vielä ikääntyneinäkin ihmisarvon, jota se tänä päivänä aina ei ole.” Nainen 77 v.*

Kirjoittaessaan ihanneyhteiskunnastaan ikäihmiset samalla keskustelevat ikääntymiseen liittyvistä käsityksistään. Nyky-yhteiskunta ei tunnu arvostavan ikäihmisiä ja ikääntymistä, sillä monissa kirjoituksissa haaveiden kohteena on vanhuksia kunnioittava yhteiskunta, jossa osattaisiin arvostaa ikäihmisten viisautta ja kokemusta. Moni kirjoittaja korostaa palvelujen saatavuuden sekä hyvän hoidon ja hoivan tärkeyttä. Yhteiskunnassa ilmenevä leimaava käsitys ikäihmisistä taloudellisena kulueränä ja taakkana on iskostunut aineistoni ikäihmisten mieliin. Kirjoituksista ilmenee unelma yhteiskunnasta, jonka ilmapiiri ei aiheuttaisi ikäihmisille tukalaa oloa olemassaolostaan.

*”Yhteiskunta, jossa ikääntyvät toimivat subjektina, ei pelkästään toimenpiteiden objektina.” Nainen 73 v.*

*”Yhteiskunta, joka saa vanhuksen tuntemaan itsensä ihmiseksi, eikä jokapäiväiseksi uutisissa mainituksi kuluksi, rasisitteeksi, täysin tarpeettomaksi, jota ei enää haluttaisi oikeasti hoitaa.” Mies 68 v.*

Ikäihmisten ihanneyhteiskunnassa ikääntyneet otettaisiin huomioon yksilöinä ja heille varattaisiin tarpeeksi aikaa henkilökohtaisten kohtaamisten hetkiin niin läheisten ja ystävien kuin erilaisten palvelujen henkilökuntien taholta. Toiveissa on myös se, että ikääntymiseen suhtauduttaisiin luonnollisena osana ihmisen elinkaarta ja sukupolvien välinen vuorovaikutus olisi runsaampaa. Vanhusbarometrissä (1999) havaittiin, että kaksi kolmasosaa ikäihmisistä on tekemisissä paljon tai jonkin verran alle 25-vuotiaiden kanssa. Toisaalta kolmasosalla ikäihmisistä ei ole kontakteja nuoriin, eivätkä yli puolet tutkimukseen osallistuneista edes halunneet lisätä vuorovaikutustaan nuorten kanssa. Tavanomaisimmalta näyttääkin ikäihmisten kaipuu olla tekemisissä omanikäistensä kanssa. (Vaarama ym. 1999, 30–33.)

*”Toivon, että vanhukset voisivat asua talossa tai alueella missä olisi myös nuoria ihmisiä.” Nainen 73 v.*

Ihanneyhteiskuntaa kuvattiin myös laajasti niin, että tavoitteena olisi kaikille hyvä yhteiskunta. Näissä kirjoituksissa korostuu kansainväliseenkin politiikkaan liitetty tavoite hyvästä yhteiskunnasta kaikenikäisille. Kaikille hyvän yhteiskunnan tavoitteena on hyvinvointiyhteiskunta, jossa ihmisiä kohdellaan tasavertaisina ikäryhmiin luokittelemisen ja sitä kautta tapahtuvan arvottamisen sijaan.

*”Sellainen, jossa kaikkia ikäkausia arvostettaisiin yhtä paljon.” Nainen 76 v.*

*”Kaikenikäisten yhteiskunta, jossa jokainen voisi kokea olevansa arvostettu.” Nainen 67 v.*

Yhteiskunnassa vallitsevan vanhuskäsityksen vaikutukset ilmenevät monissa kirjoituksissa ikäihmisten tavassa käyttää samoja termejä (esimerkiksi kaikenikäisten yhteiskunta, kuluerä, toimenpiteiden objekti ja subjekti) kuin yhteiskunnallisessa keskustelussa käytetään. Nämä kirjoituksissa esiintyvät yhteiskunnallisen vanhuskäsityksen piirteet ovat osoitus sosiaalisesta vanhenemisesta, joka toisaalta saa ja toisaalta antaa vaikutteita ympäristöönsä. Yksilöt omaksuvat ympäristöstään parhaiten omia käsityksiään tukevat asiat ja näin vahvistavat tiettyjen käsitysten olemassaoloa.

## **8.2. Käsitys vastuusta**

Käsitys siitä, kenen vastuulla ikäihmisten hyvinvointi on yhteiskunnassa, jakautuu erilaisin painoituksin. Suurin osa aineistoni ikäihmisistä käsittää vastuun jokaisen omaksi, mutta samalla he toteavat vastuun olevan myös yhteiskunnalla. Yhteiskunnan vastuu nähdään tärkeäksi sitten, kun yksilö ei enää ole kykenevä pitämään itsestään huolta. Toisaalta yhteiskunnan ehdottomaksi vastuuksi ymmärretään riittävien palvelujen ja toimeentulon mahdollistaminen. Ikäihmiset käsittävät yhteiskunnan osuuden hyvinvoinnin vastuunkantajana siis velvollisuutena, mutta myös luonnollisena osana sen toimintoja.

*”Tietenkin omalla vastuulla, mutta ei koske kaikkia.” Nainen 77 v.*

*”Hyvinvointi on pääsääntöisesti omalla vastuulla. Yhteiskunnan vastuu on riittävien palvelujen ja toimeentulon mahdollistaminen.” Nainen 67 v.*

Yhteiskunnassamme vallitsevan omavastuun korostuminen on ilmiö, jonka kehittymisestä ollaan syystäkin huolissaan. Omavastuun korostaminen saattaa muuttaa sukupolvien välistä solidaarisuutta kielteiseen suuntaan niin, että vastuuta muista kuin itsestä tai omasta ydinperheestä ei enää haluta kantaa (Tedre 2003, 133–134). Toisaalta yksilön oman vastuun korostuminen yhteiskunnassa ilmenee myös esimerkiksi terveystoimittisissa pyrkimyksissä ennaltaehkäistä väestötason ongelmia eri-

tyisesti yksilötason menetelmillä. Ennaltaehkäisevä toiminta kiinnittää huomion neuvontaan ja valistukseen, joiden avulla yksilö vastuullistetaan omasta terveydestään. Vaikuttamiseen pyrkivä ennaltaehkäisy on kuitenkin todettu tehottomaksi keinoksi, joten todellista hyvinvointia on tavoiteltava sosiaalisemmin keinoin. (Alanen 2008, 24.) Tämän tutkimuksen kirjoituksista ilmeni yksittäinen käsitys siitä, että hyvinvointi on vain ja ainoastaan omalla vastuulla, mutta tässä tapauksessa korostui läheisten ihmissuhteiden vähäisyys sekä ikäihmisen vahva halu tulla toimeen itsenäisesti.

*”Oma vastuu. Minulla ei ole, eikä ole koskaan ollutkaan omaa perhettä. Oma apu, paras apu.” Nainen 73 v.*

Ikäihmisten kirjoituksissa korostuu myös käsitys siitä, että vastuu hyvinvoinnista on sekä yhteiskunnan, yksilön että hänen läheistensä vastuulla. Tämä kaikkien vastuuta korostava näkemys ottaa huomioon ikäihmisten erilaiset tarpeet, ihmissuhteet ja toimintakyvyt. Kirjoituksista ilmenee ymmärrys siitä, että kaikilla ei ole mahdollista selviytyä yksin tai henkilökohtaisten suhteidensa avulla. Käsitys kaikkien vastuusta ilmentää ajatusmaailmaa siitä, että yhteiskunnan vastuun varaan pääseminen tai joutuminen on ikäihmisistä hyväksyttävää. Ajatus kaikkien vastuusta mahdollistaa myös hoivataakan jakamisen. Sopivalla yhteistyöllä ikäihmisten tarpeiden tyydyttäminen ja arvokas vanhuus ovat askeleen lähempänä toteutumistaan.

Yhteiskunnan hyvinvoinnin edistäminen on tehokkainta silloin, kun yhdistetään eri rakennetasoja ja erilaisia keinoja. Pelkän omavastuun korostamisen sijasta hyvinvoinnin kannalta on menestykselläkääntä korostaa rakenteellista turvallisuutta ja lainsäädäntöä, jotka ovat yhteiskunnan vastuulla. Niiden lisäksi voidaan hyödyntää myös omavastuuta esimerkiksi valistuksellisin keinoin, mutta sen varaan ei voida yhteiskunnallista kaikkien hyvinvointia laskea. Yhteisvastuun arvo on ilmeinen, sillä vastuun jättäminen yksilölle itselleen korostaa etenkin yhteiskunnan heikoimpien jäsenten kurjuutta. (Alanen 2008, 23–29.)

*”Pitkälti oma vastuu, sitten läheiset, sitten yhteiskunta.” Nainen 77 v.*

*”Oma vastuu on tärkein. Perhe ja läheiset ovat myös tärkeät ja vasta sen jälkeen yhteiskunnan tuki, jos toimintakyky heikkenee.” Nainen 76 v.*

*”Ikääntyvien hyvinvointi on meidän kaikkien vastuulla.” Nainen 73 v.*

Kirjoitusten joukossa oli myös voimakkaita käsityksiä siitä, miten ainoastaan yhteiskunnalla on vastuu ikäihmisten hyvinvoinnista. Näiden käsitysten oikeutuksena ja perusteluina toimivat yhteiskunnalle maksetut verot. Kirjoituksista ei kuitenkaan käynyt ilmi, minkälainen rooli ikäihmisellä itsellään tai hänen läheisillään nähdään olevan hyvinvoinnin kannalta.

*”Yhteiskunta on velvollinen huolehtimaan palveluista, minähän maksan veroja.” Nainen 77 v.*

*”Mielestäni olen työurani aikana maksanut palkastani veroja. Että yhteiskunnalla on vastuu.” Mies 66 v.*

Vanhusbarometrissä (1999) havaittiin, että ikäihmiset uskoivat lähiomaisten vastuun ikäihmisten hoivasta ja hoidosta lisääntyvän tulevaisuudessa. Uskomuksestaan huolimatta heistä suurin osa ilmoitti haluavansa mieluiten yhteiskunnan tarjoamaa apua. (Vaarama ym. 1999, 68.) Oman aineistoni kirjoituksista yksikään ei ilmentänyt ensisijaista halukkuutta vain läheisten tarjoamaan apuun. On mahdollista, että tähän vaikuttavat eliniän pitenemisen myötä tapahtuneet muutokset perheenjäsenten välisten suhteiden kestossa ja niiden muotoutumisessa. Myös yksilöllisyyden ja itsenäisyyden korostuminen edesauttavat sukupolvien välistä erillisyyttä. Toisaalta pitkäikäisyys mahdollistaa yhä useammin hoitosuhteiden vastavuoroisuuden, jolloin lapset auttavat vanhempiaan heidän vanheteensa. (Nikander 1999, 211–212.) Oman aineistoni kirjoitusten perusteella ainoastaan yhteiskuntaa velvoitetaan vastuustaan, sen sijaan yhdessäkään kirjoituksessa ei kohdella läheisiä ihmisiä ehdottomina hoivan ja hoidon turvaajina.

### **8.3. Käsitys kotona asumisesta mahdollisimman pitkään**

Ikäihmisten kotona asumisen edistäminen mahdollisimman pitkään on yksi nykyaikaisen ikääntymispolitiikan keskeisimmistä tavoitteista. Näin ollen ajatus aktiivisista ja itsenäisistä ikäihmisistä on alkanut sisältyä myös yhteiskuntamme vanhuskäsitykseen. Sen lisäksi kolmannelta iästä puhuminen on tuottanut käsityksen reippaista ikäihmisistä. Reippaudella on kuitenkin myös rajansa, sillä aineistoni ikäihmisten käsitysten perusteella itsenäinen kotona asuminen ei ole jokaisen ikäihmisen tärkeimpiä tavoitteita. Merkityksellisimmät syyt kotoa pois muuttamiselle ovat sairauksien aiheuttama toimintakyvyn heikkeneminen sekä sen mukanaan tuomat turvattomuuden ja yksinäisyyden tunteet.

*”En halua asua kotona yksin sairaana ja vanhana. Tunnen suurta turvattomuutta yksin ollessani, kun apua ei tule.” Nainen 80 v.*

*”Ei ole tärkein. Kuntoni heiketessä otan kiitollisuudella vastaan kaiken mahdollisen avun vanhainkodissa. Yksin kotona haahuileminen ei ole onni ja autuus.” Nainen 66 v.*

Toisaalta enemmistö aineistoni ikäihmisistä haluaa asua kotona niin pitkään kuin mahdollista. Perusteluiksi mainittiin oma vapaus ja itsemääräämisoikeus sekä tuttuus ja turvallisuudentunne. Vanhusbarometrissä (1999) todettiin, että suurin osa yli 60-vuotiaista piti kotona asumista ikäihmisen parhaana asumismuotona. Samalla voitiin havaita, että suhtautuminen laitoshoitoon oli muuttunut



kielteisemmäksi. (Vaarama ym. 1999, 69.) Laitoshoidon kielteisyydestä huolimatta on tavallista, että iäkäs ihminen joutuu elämään poissa kotoaan viimeiset elinvuotensa. Tyypillisesti on myös niin, ettei pelkkä kotoa pois oleminen riitä, vaan hoitopaikat vaihtelevat ja iäkäs joutuu sietämään useita siirtymiä eri hoitopaikkojen välillä. (Jylhä ym. 2008, 120–121.)

Omassa aineistossani osa ikäihmisistä mainitsee loppuelämänsä tärkeimmäksi tavoitteeksi erityisesti laitoshoidon täydellisen välttämisen eli kotona asumisen mahdollisimman pitkään.

*”Oma koti kullan kallis. Tulin tähän tulokseen ollessani omaishoitajana miehelleni.” Nainen 77 v.*

*”Kyllä, mitä vanhemmaksi tulee, sitä tärkeämmäksi oma koti myös tulee. Itsenäisyys ja itsemääräämisoikeus ovat tärkeitä asioita kotona asumisessa.” Nainen 76 v.*

*”On tärkein. Rakkaat ihmiset lähellä ja heidän kulttuurinsa osaaminen, ymmärtäminen ja empaattisuus.” Nainen 73 v.*

*”On. En halua laitushoitoa.” Mies 66 v.*

Tarkasteltaessa ikäihmisten käsityksiä kotona asumisesta mahdollisimman pitkään ja laitoshoidon välttämisestä näyttää siltä, että suurin osa vanhuuteen liitetystä kielteisistä stereotyyppioista eli uhkakuvista kohdistuvat neljanteen ikään. Yhteiskuntamme vanhuskäsitys ei siis ole vielä päivittynyt vastaamaan nyky-yhteiskunnan todellisuutta vanhuuden pituudesta jopa neljäkymmentä vuotta kestäväksi ajanjaksona. Vanhuus on ollut todellinen elämänvaihe vasta niin lyhyen aikaa, että käsityksen olemassaolosta luonnollisena osana nykyihmisen elämää on vasta muotoutumassa. Aiemmin ihmisen todettiin olevan vanha, kun hän kuoli riittävän iäkkäänä eli kun ihminen oli elänyt tarpeeksi kauan kuollakseen.

Nyky-yhteiskunnan vanhuskäsitys perustuu iälle, jolloin eläkeikä alkaa. Aikaisemmin vanhuudelle ja eläkeläisyydelle ei ollut sijaa, sillä töitä oli tehtävä loppuun asti minkä kynnelle kykeni. Ei siis ollut ihme, että kuoleman kohdatessa koitti toteamus riittävän vanhana kuolemisen. Vanhuus oli yhtä kuin kuolema. Nykypäivänä ikääntyvän väestönosan määrän lisääntyessä vanhuskäsitykseltä voidaan odottaa jo enemmän. Ikäystävällisyyden saavuttamiseksi vanhuskäsityksen on alettava joustaa ottamalla huomioon vanhuuden elämänvaiheen mahdollisesti sisältämät useat vuosikymmenet, erilaiset toimintakykyisyydet ja ikäihmisten yksilölliset tarpeet. Ikäystävällisyyden tavoittelemisen tarkoittaa myös sitä, että neljäskin ikä otetaan osaksi luonnollista vanhuutta, jonka vetovoimaisempaa brändiä aletaan osaltaan vahvistaa.

Kotona asuminen on tavallisesti mahdollista niin kauan kuin yksilö tulee toimeen kotiin annettavan avun varassa. Osa ikäihmistä ennakoi tilanteen hyvissä ajoin ja siirtyy vapaaehtoisesti asumaan ke-

vyesti tuettuun palveluasuntoon. Huomattavan suuri osa ikäihmisistä asuu kuitenkin kotonaan mahdollisimman pitkään: osa ehdottomasta halustaan, osa pakon edessä. Tutkimusten mukaan enemmistö ikäihmisistä haluaisi kuolla omassa kodissaan, mutta siitä huolimatta länsimaisten yhteiskuntien ikäihmiset kuolevat useimmiten sairaalassa tai pitkäaikaishoitoksessa. (Jylhä ym. 2008, 120–127.)

#### **8.4. Käsitys ikäihmisten huomioimisesta erityisryhmänä**

Ikäihmisten kirjoituksista käy lähes yksimielisesti ilmi, että yhteiskunnan on aiheellista huomioida ikääntynyt väestönosa omana erityistarpeita edellyttävänä ryhmänään. Kirjoituksissaan ikäihmiset osoittavat myös käsityksiään siitä, millaiset tarpeet tekevät heistä erityisryhmän. Ikäihmisten käsityksen mukaan suurin syy erityistarpeiden huomioimiselle ikääntyessä aiheuttavat sairauksien lisääntyminen ja toimintakyvyn heikkeneminen.

*”Ikäihmisiä pitäisi huomioida siinä mielessä, koska ikä rajoittaa useammille liikkumista ja selviytymistä jokapäiväisistä askareista.” Nainen 77 v.*

*”Ikääntyminen tuo mukanaan sairauksia, jotka rajoittavat osallistumista ja toimintakykyä.” Nainen 73 v.*

Huomionarvoinen on myös ikäihmisten käsitys siitä, että erityisryhmänä olemista ei saa korostaa liikaa. Ikääntyminen aiheuttaa väistämättömiä ja kaikille yhteisiäkin muutoksia toimintakyvyssä, mutta ikäihmiset olisi silti kyettävä huomioimaan yksilöinä. Eläkeiän alkaessa ikääntyneet ihmiset eivät muutu homogeeniseksi ryhmäksi, joiden tarpeet voidaan määritellä helposti ja yksinkertaisesti. Päinvastoin eliniän ja vanhuuden elämänvaiheen pidentyessä yksilölliset eroavaisuudet esimerkiksi ikäihmisten toimintakyvyssä edellyttävät osakseen entistäkin suurempaa tarkkaavaisuutta.

*”Kyllä ikäihmisillä on erityistarpeita, mutta ryhmänä olemme yksilöitä.” Nainen 76 v.*

Pertti Arajärvi (2014) on kyseenalaistanut vanhuspalvelulain myötä tapahtuneen huomion kiinnittämisen vain ikäihmisiin. Hänen mielestään vastaavia toimenpiteitä ja periaatteita ansaitsisivat myös muut yhteiskunnallisesti heikoilla olevat ryhmät kuten lapset, mielenterveysongelmaiset ja maahanmuuttajat. Kyse on siitä, että ikäihmisten lisäksi yhteiskunnassa ilmenee puutteita ihmisten toimintakyvyssä ja heidän saamassaan tuessa ja ohjauksessa laajemminkin. (Arajärvi 2014, 282.) Arajärven esiin nostama näkemys ei ole kuitenkaan yksiselitteinen. Poliitiikkaa käsittelevässä luvussani (luku 3) ilmeni se, miten yhteiskunnallinen toiminta edellyttää poliittista koneistoa ja hyvinvoinnin tavoittelussa monenlaiset tavoitteet ja tarpeet kilpailevat rajallisesta huomiosta ja kaikil-

le riittämättömistä resursseista. Jos ottaa huomioon sen, miten vanhuus on vasta äskettäin pidentynyt elämänvaihe ja sen pituus on jo huomattavasti lapsuutta pidempi, voidaan ajatella että erityis huomion osoittaminen juuri tällä hetkellä ja etenkin ikäihmisille on oikeutettu ja tarpeen.

Toisaalta Arajärvi on todennut blogissaan (<http://arajarvi.fi/kategoria/blogi/>), että ”Kansakunnan sivistyksen taso mitataan suhtautumisessa vanhuksiin.” Ajatukseen on helppo yhtyä, sillä yhteiskunnan vanhuskäsitys ilmenee kunnioituksena tai epäkunnioituksena ikäihmisiä ja ikääntymistä kohtaan. Vanhuus on elämän lopullista päätepysäkkiä edeltävä elämänvaihe. Kyse ei siis ole siitä, etteivätkö muutkin ikäryhmät tai toimintakyvyltään rajoittuneet olisi oikeutettuja saamaan tarvitsemaansa huomiota, vaan siitä että ikäihmisetkin tarvitsevat huomiota. On oikein kiinnittää huomio ikääntymiseen ja ikäihmisiin, sillä on myös oikein odottaa, että meistä jokainen voi elää ja kuolla arvokkaasti.

### **8.5. Käsitys yhteiskunnan suhtautumisesta ikääntymiseen ja ikäihmisiin**

Yhteiskunnassa ilmenevä tapa suhtautua ikääntymiseen ja ikäihmisiin kertoo yhteiskunnan vanhuskäsityksestä. Vanhuskäsitys heijastuu siihen, miten ikäihmisiä arvostetaan, mitä heiltä odotetaan ja millainen asema heille osoitetaan yhteiskunnallisessa vuorovaikutuksessa. Ikäihmisten asema on riippuvainen poliittisesta päätöksenteosta, joka vaikuttaa yhteiskunnalliseen keskusteluun ja tiedotusvälineisiin muokkaamalla ikääntyneistä käytettäviä käsitteitä ja kielenkäyttöä. Yhteiskunnallinen päätöksenteko vaikuttaa merkittävästi siihen, millaisessa todellisuudessa ikääntyminen tapahtuu. (Kangas & Nikander 1999, 10–11.) Se millaisena ikäihmiset kokevat yhteiskunnan suhtautumisen itseensä ja ikääntymiseen yleisesti, vaikuttaa ikäihmisten omanarvontuntoon ja siihen millaisia unelmia tai uhkakuvia he tulevaisuudessaan näkevät.

*”Hieman nuivasti yhteiskunta suhtautuu, eihän ne nyt mitään tarvitse hyvä kun pian vain kuolevat!” Nainen 77 v.*

Ikäihmisten kirjoituksissa ilmenevä käsitys yhteiskunnan suhtautumisesta ikääntymiseen ja ikäihmisiin on liitetty vahvasti talouteen ja politiikkaan. Tiedotusvälineiden ja yhteiskunnallisen keskustelun kautta välittyneet kielteiset vanhuskäsitykset ovat selvästi tavoittaneet kohteensa tietoisuuden. Vallitsevalla vanhuskäsityksellä voi siis nähdä olevan ikääntyvää yksilöä ja yhteiskuntaa toisistaan erottava vaikutus. Yksilön itsestään muodostaman käsityksen kautta yhteiskunta ei anna itsestään kuvaa turvaa antavana ja pelkoa lievittävänä tukena, vaan päinvastoin se luo ikääntyvälle väestönosalle kokemuksen ylimääräisyydestä ja arvottomuudesta. Julkisen keskustelun ja ikääntymispoliittisten tavoitteiden välillä vaikuttaakin olevan suuri ristiriita. Yhteiskunnallisesta puheesta välittyvä

mielikuva ikääntymisestä ei ole imarteleva, eikä siis ole ihme, että ikäihmiset kokevat olevansa ei toivottu kansanosa.

*"Syrjimistä esiintyy aivan millä tasolla tahansa arkipäivässä ja erityisesti poliitikkojen ja median suhtautumisessa. Olemme kustannusrasite ja taloudellinen kuhuerä yhteiskunnassamme." Nainen 76 v.*

*"Nykyisessä tehokkuutta ja materiaalisia arvoja korostavassa yhteiskunnassa vastuu ikääntyneistä uhkaa jäädä muiden arvojen jalkoihin." Nainen 73 v.*

*"Totuus lieenee, että vanhukset alkavat nykyään olla päättäjille pelkkiä rasitteita, vaikkakin muuta puhuvat." Mies 68 v.*

Yhteiskunnan suhtautumisen koetaan myös olevan ehdollista. Ikäihmisten käsityksen mukaan ikääntyminen ja ikäihmiset hyväksytään, mikäli he täyttävät tietyt odotukset. Käsitykset siis ilmentävät yhteiskunnan aktiivisuusteoreettisia tavoitteita ikäihmisten reippaudesta ja omaehtoisista pyrkimyksistä kohti maksimaalisten voimavarojen hyödyntämistä. Kirjoitusten perusteella näyttää siltä, että ikäihmiset kokevat yhteiskunnan suhtautuvan hyväksyvästi vain omatoimisiin ja kaikin tavoin omavaraisiin ikäihmisiin. Erilaisten puutteellisuuksien, kuten taloudellisten ongelmien tai toimintakyvyttömyyden ilmetessä, yhteiskunnan kohtelu muuttuu kielteiseksi. Yhteiskunnan armoille jääminen ei näyttäydy kirjoituksissa kovinkaan lempeältä tilanteelta, joten johdannossa esiin tullut ajatus pitkäikäisyydestä ilman vanhenemista saa tässä suhteessa vahvistusta osakseen.

*"Hyvin asiallisesti. Palveluja saa kun rahat riittää." Mies 85 v.*

*"Suhtautuu hyvin, jos järki toimii." Nainen 63 v.*

Kokonaisuudessaan yhteiskunnan suhtautuminen ikääntymiseen ja ikäihmisiin näyttää kirjoitusten perusteella vaikuttavan vahvasti ikäihmisten psyykkiseen vanhenemiseen. Asiayhteydessä ilmi tulevat ikäihmisten käsitykset yksin, osattomaksi ja ulkopuolelle jäämisestä. Osa aineistoni ikäihmisistä kokee, ettei heiden ajatuksiaan kuulla riittävästi ja että päättäjät vain puhuvat tietämättä kenestä ja mistä puhuvat. Liian monesta kirjoituksesta käy ilmi ikäihmisten käsitys itsestään harmina, rasitteena, ylimääräisenä ja taloudellisena taakkana suhteessa yhteiskuntaan. Tätä taustaa vasten on todettava, että matkaa kohti kaikenikäisten yhteiskuntaa on vielä jäljellä.

*"Pääsääntöisesti on asiat hyvin. On kuitenkin ymmärrettävä, että (yhteiskunnassa) raha ratkaisee, ei hyvä tahto." Nainen 73 v.*

*"Päättäjämme eivät arvosta ikääntyneitä, oma palkka on sumentanut tajunnan." Mies 67 v.*

Kirjoituksista käy myös ilmi, että ikääntymistä ei ole huomioitu yhteiskunnassamme riittävästi. Lähes jokaisessa kirjoituksessa yhteiskunnallamme nähtiin vielä parannettavan varaa, jotta se olisi ihanteellinen paikka ikääntyä. Parannettavaa nähtiin erityisesti kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja ikääntyvien yksilöllisen ikääntymisen huomioimisessa sekä jatkuvassa raha- ja resurssipulasta puhumisessa.

*”Paljon on hyvää tehty, mutta heitteille meitä ei saa jättää olkoon kuinka huonosti valtion raha-asiat. Me olemme sodan jäljetkin raivanneet kaikessa puutteessa ja köyhyydessä. Kyllä me pystymme vanhukset nyt hoitamaan kunnialla, jos vain tahtoa riittää.” Nainen 80 v.*

*”Vaikuttaa siltä että tulee yllätyksenä suuri eläkeläisten joukko. Ei ole osattu ottaa huomioon.” Nainen 79 v.*

## **8.6. Yhteenvedo yhteiskunnan vanhuskäsityksen näyttäytymisestä ikäihmisten käsityksissä**

Tässä tutkimuksessa ikäihmisen ja yhteiskunnan välistä suhdetta tarkastellaan sosiaalisen vanhenemisen näkökulmasta, jolloin ikääntyminen tapahtuu ikääntyvän ja hänen ympäristönsä välisessä vuorovaikutuksessa (kts. esim. Koskinen 1994, 76). Ajatus sosiaalisesta vanhenemisestä on siis yhtenevä fenomenografisen käsityksen kanssa siitä, että yksilön todellisuus rakentuu sosiaalisesti sekä aika- ja paikkasidonnaisesti (Hakonen 2008, 47). Sosiaalisen vanhenemisen onnistumiseen vaikuttaa merkittävästi se, millaista vanhuskäsitystä yhteiskunnassa ylläpidetään. Nyky-yhteiskunnassa vallitseva vanhuskäsitys on suurelta osin muodostunut aktiivisuusteoreettisten lähtökohtien pohjalle. Ihanteeksi on siten muodostunut toimintakykyinen, itsenäinen ja aktiivisesti ikääntyvä ihminen, joka tavoittelee onnellista ja onnistunutta vanhuutta.

Tutkimukseni analyysin perusteella voin todeta, että ikäihmisten yhteiskunnan ja ikääntymisen väliseen suhteeseen liittämät käsitykset ovat huomattavasti kielteisempiä kuin heidän käsityksensä omasta ikääntymisestään. Omaan ikään ja ikääntymiseen liittyvät käsitykset osoittivat sopeutumista ja oman itsenäisyyden arvostamista. Sen sijaan yhteiskunnan ja ikääntymisen välisiin suhteisiin liittyvät käsitykset ilmentävät ikäihmisten tyytymättömyyttä ja uhan tunteita. Analyysissä havaitsemani suhtautumisero on tullut esiin myös Palomäen (2004) väitöskirjatutkimuksessa, joka osoitti ikääntyvien naisten suhtautuneen omaan elämäänsä lempeän myönteisesti, mutta suhtautuminen vanhuuden yhteiskunnallisiin ulottuvuuksiin osoittautui varsin kielteiseksi. Palomäki havaitsi ikäihmisillä halun etäännyä kulttuurimme uhkaavasta vanhuudesta. (Palomäki 2004.)

Yhteiskunnan harjoittamalla ikääntymispolitiikalla on merkittävä rooli vanhuskäsitysten olemassaololle. Poliittiset päätökset ja yhteiskunnalliseen keskusteluun johdetut puheenaiheet vaikuttavat ikääntymiseen liitettyihin mielikuviin. Tutkimukseni perusteella voidaan päätellä, että yhteiskunnallisessa puheessa ilmenevä hyötyyn ja taloudellisuuteen liittyvä painotus vahingoittaa ikäihmisten

sosiaalisesti onnistuvaa vanhenemista. Näyttää siltä, että yhteiskunnallisen huomion kiinnittäminen rahaan ja hyötyihin riistää ikäihmisiltä sen mitä he kaikkein eniten kaipaavat. Tutkimukseni osoittaa, että ikäihmiset toivovat yhteiskunnalta erityisesti ihmisarvoa kunnioittavaa ja arvostavaa suhtautumista. Rahaa ja hyötyä ajatteleamalla ihmisyyden arvo on jäänyt toissijaiseksi.

Tutkimusteni tulosten perusteella näyttää siltä, että ikäihmisten käsitykset ja yhteiskunnan vanhuskäsitykset ovat suurimmaksi osaksi yhteneväiset. Voidaan siis sanoa, että ikäihmiset haluavat monia samoja asioita kuin yhteiskuntaa edustava poliittinen järjestelmä. Tällaisia tavoitteita ovat etenkin terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen sekä itsenäisyyden, osallisuuden ja oikeudenmukaisuuden turvaaminen. Käsityksissä on kuitenkin myös eroavaisuuksia. Ikääntymispoliittisesti asetetun tavoitteen mukaisesti ikäihmisten kotona asuminen mahdollistetaan mahdollisimman pitkään. Tavoite on aineistoni perusteella monille ikäihmisille mieluinen, mutta kaikki heistä eivät kuitenkaan näe kotona asumista kaikkein parhaimpana vaihtoehtona. Yhteiskunnan ensisijaisena tavoitteena on kuitenkin tukea kotona asumista siitäkin huolimatta, ettei ikäihminen sitä itse halua. Alan Walker (2002, 137) mainitsi aktiivisen ikääntymisen strategian toimivuudesta puhuessaan, että onnistuminen edellyttää politiikan tekijöiltä herkkyyttä välttää toimenpiteiden liiallinen pakottavuus ja ehdottomuus. Näyttääkin siltä, että myös ikääntymispoliittisten tavoitteiden kohdalla tarvitaan herkkyyttä yksilöllisille tarpeille ja tilannetajulle.

Yhteiskunnan vanhuskäsitys on moniulotteinen. Toisaalta se jakautuu biolääketieteellisen ja sosiokulttuurisen käsityksen välille (Koskinen 2007; Hakonen 2008). Sen voidaan kuitenkin nähdä ilmentävän myös sosiaali- ja terveysministeriön ikääntymispolitiikalleen asettamia tavoitteita, jotka siirtyvät ikäihmisten tietoisuuteen yhteiskunnallisesta keskustelusta ja tiedotusvälineistä. Lisäksi sosiokulttuuriseen vanhuskäsitykseen sisältyy aktiivisuusteoreettinen tavoite aktiivisesti voimavarojaan hyödyntävästä ja onnistuneesti ikääntyvästä ikäihmisestä. Tutkimukseni perusteella on nähtävissä, että ikäihmisten käsitykset sisältävät sekä kielteisiä että myönteisiä vaikutteita yhteiskunnan vanhuskäsityksestä. Biolääketieteellinen vanhuskäsitys korostuu ikäihmisten käsityksissä etenkin neljännen iän raihnaisuudessa ja halussa välttää samaistumasta liian vanhoihin vanhuksiin. Myös sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen sisältämä aktiivisuutta, toimintakykyä ja voimavarojen hyödyntämistä korostava näkökulma voi kääntyä itseään vastaan, jos ikäihmiset kokevat asetetut tavoitteet heidän ulottumattomissaan olevina onnistuneen vanhenemisen takaavina suorituksina. Toisaalta yhteiskunnan vanhuskäsitysten myönteiset puolet, jotka edistävät ikäihmisten asemaa, oikeuksia ja arvoa yhteiskunnassa, näyttäytyvät ikäihmisten käsityksissä tuoden elämään mielekkyyttä ja merkityksellisyyden tunnetta.

## 9. IKÄIHMISYYDEN OLEMUS

Tässä luvussa tarkastelen fenomenografisen analyysin perusteella muodostamiani ylemmän tason kategorioita. Kahdessa edellisessä luvussa tarkasteltiin aineistosta muodostettuja merkityskategorioita, joiden avulla analysoin ikäihmisten kirjoituksissa ilmeneviä käsityksiä sisällöllisesti ymmärrettäviksi. Ylemmän tason kategoriat mahdollistivat oman selitysmallini muodostamisen ikäihmisten käsityksille (kts. Syrjälä ym. 1999, 128). Tämän tutkimuksen aineiston perusteella on mahdollista luoda viisi ikäihmisyyden arkkityyppiä, jotka kuvaavat ikäihmisten käsityksiä ikäihmisyydestä. Muodostamani yläkategoriat eivät ole keskenään paremmuus- tai kehittyneisyysjärjestyksessä, vaan ne ovat olemassa kuvatakseen erilaisia tapoja käsittää ikääntyminen ja ikäihmisenä oleminen.

Selitysmallini perustuu ikäihmisyyden käsitteelle, jonka muotoutumista voi myös pitää tutkimukseni keskeisenä tuloksena tai päätelmänä. Käsite sai alkunsa aineiston analyysivaiheessa ja vähitellen ikäihmisten käsityksiin liittyvän ymmärrykseni lisääntyessä alkoi merkityskategorioiden pohjalta hahmottua ikäihmisyyden arkkityypeiksi kutsumani yläkategoriat. Kutsun ikäihmisenä olemisen tapaa ikäihmisyydeksi. Yläkategorioiksi aineistoni perusteella muodostamani ikäihmisyyden arkkityypit kuvaavat niitä ikäihmisenä olemisen tapoja, jotka analyysin perusteella aineistostani löysin. Tutkimuksessani osoitan, että ikäihmisyyys voi ilmentyä ainakin viidellä eri tavalla: vastahakoisena ikääntymisenä, alakuloisesti luopuvana, saappaat jalassa kuolevana, luonnollisena ikääntymisenä sekä elämästä nautiskelevana.

### 9.1. Vastahakoisesti ikääntyvän arkkityyppi

Vastahakoisesti ikääntyvä kokee voimakasta ristiriitaa kronologisen, biologisen ja sosiaalisen ikänsä kesken, sillä toisaalta hän ei edes halua tulla lokeroiduksi iän mukaan ja toisaalta hän kokee olevansa nuorempi kuin mitä mitattavat iät antavat ymmärtää. Ikääntymisen mukanaan tuomat menetykset ja rajoitukset tuntuvat ahdistavilta, eikä entisestä tekisi mieli luopua.

*”Niin paljon kaunista ja hauskaa jää pois. Tunnen olevani aivan liian nuori mieleltäni sielultani ajattelemaan vanhuutta.” Mies 68 v.*

*”En ajattele ikääntymistä. Elelen päivän kerrallaan.” Mies 66 v.*

Kronologinen ikä ilmenee vääjäämättömänä yksiselitteisen alkunsa ja loppunsa ansiosta – sitä vastaan on mahdotonta taistella. Vastahakoisesti ikääntyvä pystyy kuitenkin välttämään ajatukset kronologiseen ikään liittyvästä rajallisuudesta, mutta biologiselle iälle hän ei voi mitään. Biologinen ikä näyttää ja tuntuu. Se osoittaa ikääntymisen elimistön muutoksilla, jotka ajan kuluessa johtavat

toimintakyvyn heikkenemiseen. Sosiaalinen ikä liittyy puolestaan sosiaaliseen vuorovaikutukseen, jonka aikana yksilöllä on taipumus määrittää itsensä ja ympäristönsä välistä ikäsuhdetta. Vastahakoisesti ikääntyvä määrittää ikäänsä sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa tahtomattaankin, sillä hän on sosiaalistunut aikoinaan osaksi yhteiskuntaa ja on osa yhteiskunnassa tapahtuvaa sosiaalista vanhenemista. Tahtoipa hän sitä tai ei, ikääntyminen on läsnä kaikkialla (Tedre 2003, 138).

Vastahakoiseen ikääntymiseen sisältyy ikäihmisille yleisemminkin tyypillinen tapa vältellä ikäänsä. Virpi Uotinen (2005) osoitti väitöskirjatutkimuksessaan, että ikääntyneet arvioivat oman kokemuksellisen ikänsä keskimäärin viidestä seitsemään vuotta kalenteri-ikänsä nuoremmaksi (Uotinen 2005). Ikää siis vähätellään, ja ainakaan vanhaksi ei haluta tulla kutsutuksi. Tutkimukseni ikäihmisten kirjoitukset osoittavat saman ilmiön olemassaolon. Kangas ja Nikander (1999, 12) toteavatkin, että kulttuurissamme vallitsee vanhuuden pelko. Nuoruuden ihannoiti ja yhä pidemmäksi kurotettu aikuisuus pyrkivät häivyttämään sen tosiasian, että elämä kuluu ja päättyy aikanaan.

*”Olen niin hyvässä kunnossa en halua että minua kutsutaan näillä nimillä.” Mies 66 v.*

Ikinuoruuden tavoittelemisen tekee vanhenemisen epämiellyttäväksi ja toisaalta kulttuuriimme sisältyvät monet vanhuuden häivyttämisen pyrkimykset etäännyttävät niin nuoret kuin vanhatkin elämän luonnollisesta kiertokulusta. Elämänvaiheiden välisen todellisuuden ymmärtämistä ja hyväksyntää ei edistä sekään, että samaan sukupolveen kuuluvat ovat tekemisissä pääasiassa vain keskenään. (Kangas & Nikander 1999, 12.) Pyrkimys iättömyyteen häivyttää ajatukset elämän rajallisuudesta, eikä se myöskään edistä vanhuuden kunnioittamista tai ikäihmisten arvokkaan ikääntymisen turvaamista.

*”Ikä merkitsee minulle, siis keholle, sieluni mieleni ei kai suostu koskaan vanhuuden lepoon, kunnon heikkenemistä. En pelkää vanhenemista sinänsä, vaan kaiken minulle tärkeän katoamista.” Mies 68 v.*

Vastahakoisesti ikääntyvä tyyppiset käsitykset ovat vastakohtia sosiaalisen vanhenemisen voimavaranäkökulmalle joka korostaa aktiivista ikääntymistä. Vastahakoisesti ikääntyvän tyyppiset käsitykset ovat osoitus pikemminkin haavoittuvuusnäkökulmasta, sillä sopeutumista iän mukanaan tuomiin haasteisiin voidaan pitää edellytyksenä onnistuvalle ikääntymiselle. Vastahakoisuus ikääntymiselle aiheuttaa uhan yksilön sopeutumiselle vaarantamalla elämänhalun ja hyvinvoinnin.

*”Ikä merkitsee jo olemassa olevia – ja tulevia sairauksia. Ikä merkitsee menetyksiä. Aina on pieni suru päällä sukulaisten tai ystävien menetysten johdosta. Ikä merkitsee harrastusten karsimista. Haluaisi tehdä monenlaista, mutta ei jaksakaan.” Nainen 73 v.*



## 9.2. Alakuloisen luopujan arkkityyppi

Alakuloinen luopuja kokee elämän kaikessa realistisuudessaan, ehkä jopa kaikessa inhorealisticudessaan. Hänelle ikääntyminen voi aiheuttaa murhetta joka tuntuu niin henkisesti kuin ruumiillisestikin raskaalta. Elämä tuntuu osittain merkityksettömältä ja itsen parasta ennen päiväys tuntuu jo menneen ohi.

*”Jonkinlaista pelkoa, ehkä vähän masentaa.” Nainen 78 v.*

*”Ikääntyminen merkitsee lopun alkua.” Nainen 77 v.*

Ikäihmisyyden kokemiseen vaikuttavat elinkaaren aikaiset tapahtumat, elämänaikaiset sosiaaliset suhteet, tunne-elämään liittyvät tekijät sekä se, miten yksilöllä on tapana reagoida asioihin yleisesti. Ikääntyminen on elämänvaihe, johon liittyy kuluttavia tekijöitä, kuten luopumista erilaisista asioista. Vanhuuteen sopeutuminen edellyttää hyvää psyykkistä toimintakykyä, joka tukee elämän mielekkyyttä ja tasapainoisuutta. Ikäihmisen psyykkiseen toimintakykyyn vaikuttavat yksilön luonne, hyvät ihmissuhteet sekä yhteiskunnan taholta tarvittaessa saatavissa oleva tuki. Onnellisimpia näyttävät olevan ikäihmiset, jotka elävät sopusoinnussa itsensä, ympäristönsä ja koko elämänsä kanssa. (Heikkinen 2013, 237–244.)

*”Kivut lisääntyvät. Ei jaksa enää niin kuin ennen. Miettii mitä sitten. Olemus läsähtää ja mielialakin. Kuulo ja näköaistit heikentyneet, kai vähän muutkin.” Nainen 77 v.*

*”Naiset näyttävät vanhoilta ja nuoret liian nopeilta. Huomisen suunnitelmat ovat eilisiä. Katselen lääkepukkeja kuin menetettyä elämää. Pelkkä hengissä oleminen olisi mitään sanomatonta. Viini maistuisi kai katkeralta ajan tappamiselta.” Mies 68 v.*

Tutkimusten mukaan noin kolmannes iäkkäistä on alakuloisia (Heikkinen 2013, 244). Surullisuuden tunteet ovat osa elämää ja ikääntymisen mukanaan tuomat menetykset ovat luonnollisia syitä kokea ajoittaista alakuloa. Suurin osa iäkkäistä ihmisistä kokeekin alakuloisuutta tai masentuneisuutta vain ajoittain, erilaisten menetysten tai vastoinikäymisten kohdatessa. Vakavasta masennuksesta kärsii noin 3-5 prosenttia ikäihmisistä ja sen osuus vastaa muun väestön masennustasoa. (Heikkinen 2013, 244.) Ikävaiheena ikääntyminen ei siis aiheuta automaattisesti masennusta tai alakuloa, vaan surullisuuden tunteet liittyvät ikäihmisten psyykkistä kestävyyttä horjuttaviin tilanteisiin. Ikääntyminen on vanhenemaan oppimista (Heikkinen 2013, 244). Oppiminen on yksilöllinen prosessi ja siihen vaikuttavat monet erilaiset tekijät. Ajateltaessa ikääntymistä elinikäisen oppimisen näkökulmasta, voidaan sanoa, ettei koskaan ole liian myöhäistä oppia vanhenemaan hyvillä mielin.

*”Vanhenemiseenkin tottuu.” Nainen 77 v.*

### 9.3. Saappaat jalassa kuolevan arkkityyppi

Saappaat jalassa kuoleva haluaa kyllä elää ja ikääntyä, mutta hän ei halua elää liian vanhaksi. Kolmas ikä tuntuu hänestä mielekkäältä ja hänen puolestaan se voisi jatkua loputtomiin. Neljanteen ikään asti ei kuitenkaan pidä joutua, sillä saappaat jalassa kuoleva kammoksuu ajatusta toisten avun varaan joutumisesta ja laitokseen päättämisestä. Hänellä on voimakas tahto kuolla ennen neljanteen ikään liittämäänsä henkistä kuolemaa.

*”Pysyisimpä terveenä. Saisin lähteä täältä niin sanotusti ”saappaat jalassa” ei olisi kenenkään vaivana..” Nainen 80 v.*

*”Suurin toive olisi että ei joutuisi vuositolulla sänkyyn sidotuksi. Mieluummin äkkikuolema kuin pitkä kituminen.” Nainen 77 v.*

*”Halu elää mahdollisimman toimintakykyisenä se aika, jonka elää – ja sitten kuolla saappaat jalassa. Toisten avun varaan ja määrättäväksi joutuminen pelottaa – samoin sairauksien uhkakuvat.” Nainen 67v.*

*”Että fyysinen kunto on kohdallaan. Sitten jysähtää kerralla. Ei tarvitse laitoshoittoa.” Mies 66 v.*

*”Laitospotilaaksi joutuminen olisi kauhun paikka.” Nainen 66 v.*

Halu kuolla saappaat jalassa uhmaa voimakkaasti neljättä ikää. Neljäs ikä on määritelty ihmisen eliniän päätepysäkiksi eli ajanjaksoksi, joka vietetään lähes väistämättä muiden ihmisten antaman avun varassa. Neljännestä iästä on tullut tai tehty jotain niin vastenmielistä, ettei sitä nähdä tavoittelemisen arvoisena. Yhteiskuntamme vanhuskäsitykseen sisältyvä neljäs ikä ei edusta inhimillistä ja ihmisarvoista vaihetta ennen kuolemaa. Tämän todellisuuden tai vähintäänkin muodostuneen mielikuvan johdosta mietin, minkälainen hoidon ja hoivan taso yhteiskunnassamme on? Miten ikäihmisille voitaisiin taata ja turvata hyvä elämä neljännessäkin iässä? Onko ihmisen hyvän elämän turvaaminen loppuun asti vain utopistinen tavoite? Vallitseva vanhuskäsitys neljänneen iän osalta ei imartele. Jos haluamme hyvän yhteiskunnan kaikille, emme voi lopettaa hyvyttä tiettyyn ikään – ei etenkään aikaan juuri ennen kuolemaa. Jos arvostamme ihmistä, ikää ja ikäihmisyyttä, meidän tulee kohdella ihmistä arvostaen. Arvokkuus tarkoittaa myös sitä, että ikäihmiset voivat olla jo vanhuutensa alussa varmoja siitä, että tie elämän päätepisteeseen on turvallinen ja kunnioittava.

Ikäihmisyyttä ilmentävä halu kuolla saappaat jalassa – tyyppinen ajattelu on merkittävä piirre keräämässäni tutkimusaineistossa. Kahdenkymmenenyhden kirjoituksen joukossa ilmenee kuusi vastausta, joissa oman elämänlopun määrittelemisessä käytetään vertausta saappaat jalassa kuolemisen tai vastaavan tyylistä ilmaisua äkkikuolemasta. Ajattelutapa korostui aineistossa, sillä se on ilmaisuna ja käsityksenä esitetty hyvin vahvasti. Tarkastellessani vertauskuvaa käyttäneiden vastauksia saatoin huomata, että kyseiset ikäihmiset suhtautuivat ikääntymiseen kokonaisuudessaan voi-

makkaasti. Neljäs ikä tiedostettiin epämurkavana, omanarvontunnolle ja ikäihmisyyden kunnialle epäsojivana. Siispä tavoitteena olisi kuolla saappaat jalassa, ilman muiden avun varaan joutumista.

*”Unelmani on kuolla saappaat jalassa.” Mies 68 v.*

Kuolema on väistämätöntä, mutta siihen ei kuitenkaan suhtauduta luonnollisena osana elämää. Aktiivisen ja onnistuneen ikääntymisen tavoittelullakin peitetään elämän lopullisuutta. Saappaat jalassa kuoleva ei kuitenkaan ole harhautettavissa, sillä hän näkee neljännen iän uhat kolmanteen ikään liitettyjen illuusioiden takaa. Hänen mielestään neljättä ikää houkuttelevampaa on kuolla saappaat jalassa, suorin vartaloin ja kerralla. Houkutus ei ole ihme, sillä yhteiskunnan vanhuskäsitys, erityisesti neljännen iän osalta, ei lupaa mitään hyvää. Herääkin kysymys, onko onnistunut ikääntyminen neljännen iän saavuttamista vai ehtimistä kuolla ennen sitä?

#### **9.4. Luonnollisesti ikääntyvän arkkityyppi**

Luonnollisesti ikääntyvälle iän karttuminen ei aiheuta erityistä tuskaa tai kärsimystä. Ikä on karttunut kuin huomaamatta ja elämän virta on vienyt mennessään. Huolimatta ajoittaisista havahtumisista ikätodellisuuteensa luonnollisesti ikääntyvän elämänhalu ja toimintakyky säilyvät vireänä. Luonnollisesti ikääntyvän luonteenlaatua kuvaa ajatus siitä, että elämä kantaa.

*”Joskus varsinkin syntymäpäivänä ihmettelen, että ei ole tosi, mitä nuo numerot näyttävät.” Nainen 76 v.*

*”Vanhana tajuat, että vaikka olet vuosikymmenten päässä nuoruudestasi, voit kuroa ajan kiinni sulkemalla silmäsi.” Nainen 79 v.*

Luonnollisesti ikääntyvä onnistuu ikääntymään tasapainoisesti. Tasapainoisuus edellyttää tosiasioiden hyväksymistä eli ajatusta siitä, ettei keho ja mieli ehkä toimi kuten nuorena. Siitä huolimatta on löydettävissä toimintakykyä, jota voisi Marina (2002, 31) lainaten kutsua jopa riittäväksi toimintakyvyksi. Ikääntymiseen liittyy monia toimintakykyyn ja terveyteen liittyviä haasteita. Luonnollisesti ikääntyvä pyrkiiikin löytämään riittävän tasapainon itselleen tärkeissä asioissa. Tällöin ikääntyminen on luontevaa ja se tuottaa mielihyvää. Kyse ei ole luopumisesta eikä liiallisesta yrittämisestä, vaan tilanteeseen sopeutumisesta.

*”Ei se vanhuus tule yksin, se tuo liiankin monta kaveria tullessaan. Tulee sairauksia, kipuja ja kolotuksia. Nimet alkavat unohtua, tulevat usein yöllä valvoessa mieleen, vaikka ei niitä mietikään. Askel lyhenee. Löytyyhän sitä hyviäkin puolia. Ei tarvi aamulla aikaisin lähteä. Voi rauhoittua, lähteä sitten kun haluaa. On aikaa ihan itselle, ja nauttii siitä.” Nainen 79 v.*

Riittävyys liittyy fysiologiaan niin, että ikäihmisen on tarkoituksenmukaista löytää itselleen sopiva aktiivisuuden ja terveellisten elintapojen välinen tasapaino. Henkisen hyvinvoinnin osalta on löydettävä tasapaino riittävän virkistykseen ja psyykkisen kuormituksen välille. Sosiaalisen alueella kyse on tasapainosta taloudellisen turvallisuuden, ihmissuhteiden ja yhteisöllisyyden välisestä vuorovaikutuksesta. (Marin 2002, 31.)

*”Oma suhtautuminen ikääntymiseen on ratkaiseva. Pitää arvostaa itseään juuri sen ikäisenä ja sellaisena kuin on.” Nainen 76 v.*

## **9.5. Elämästä nautiskelevan arkkityyppi**

Elämästä nautiskeleva ei koe ikääntyessäänkään jäävänsä mistään paitsi. Hänen käsityksensä vanhuudesta ikävaiheena on varsin positiivinen ja siihen sisältyy elämästä nauttimista, rakkauden tunteita ja huumoria. Elämästä nautiskelija on kyennyt ylläpitämään ikääntyessään suotuisaa psyykkistä hyvinvointiaan. Se mahdollistaa mielen tasapainon säilyttämisen silloinkin, vaikka ikääntyminen tuottaa erilaisia sairauksia, kriisejä ja menetyksiä. Tutkimuksissa erilaisia ikäihmisten käyttämiä hyvinvointistrategioita on kuvattu termein sinnikkyys ja mielen kimmoisuus, koherenssin tunne, kompetenssi, voimaantuminen ja hyvinvointia tukeva ympäristö. (Saarenheimo 2012, 45–47.) Termit pitävät tiivistetysti sisällään sen, että psyykkinen hyvinvointi edellyttää mielen joustavuutta, aktiivista ja positiivista otetta elämään sekä pyrkimystä olla vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa.

*”Numeroita vuosissa, koska nuoruus on vika, joka paranee päivä päivältä.” Mies 85 v.*

*”Ikä ei ole mikään ongelma, elän ja nautin eläkepäivistäni. Tunnen tehneeni oman osuuteni tämän maan hyväksi. Nuoremmilla on tästä hyvä jatkaa.” Nainen 80 v.*

*”Rakastan tätä vaihetta elämässäni. Voin kiteyttää ikääntymiseni tunteet seuraavan laulun sanoin: Elämä on kaunis ja hyvä elää sille, jolla on aikaa ja tilaa unelmille ja mielen vapaus.” Nainen 73 v.*

Myönteisen elämänasenteen on todettu edistävän ikäihmisten toimintakykyisyyttä ja hyvää otetta elämästä. Elämänasenne voidaan ymmärtää elämänhaluna, tarpeellisuuden tunteena, elämän tyytyväisyytenä, tulevaisuuden haaveina sekä masentuneisuuden ja yksinäisyyden tunteiden puuttumisena. Elorannan ym. (2013, 234–242) ovat osoittaneet, että elämänasenteen pysyvyys mahdollistaa myönteisen elämänasenteen säilyttämisen vanhuudessa. Heidän tutkimuksessaan todettiin, että kotona asuvien ikäihmisten elämänasenne heikkeni 70 ja 80 ikävuosien välillä, mutta enää myöhemmin siinä ei tapahtunut muutoksia. Ilmiön voi selittää se, että ikäihmisille kehittyy elinvuosien aikana kyky tarkastella elämäänsä arvokkaana ja merkityksellisenä. Yksilön sopeutumiskyvyllä ja voi-

mavaroilla näyttää olevan erityisen tärkeä merkitys ikäihmisen myönteisen elämänasenteen säilymiselle.

*”Tämä 80 v. tuli aivan yllättäen. Minulla ei ole mikään muuttunut, kun olen terve – nautin elämästä.” Nainen 80 v.*

*”Ikääntyminen on parhaimmillaan kuin hyvänlaatuinen sydämenlaajentuma. Mahtuu enemmän ja erilaisia ihmisiä. Katkerat ja niuhot uskaltaa karsia pois. Rakastaminen on aidompaa, kun tietää pian menettävänsä kaiken.” Nainen 66 v.*

Elämästä nautiskelija osaa kääntää ikääntymisen edukseen ja hän suhtautuu tilanteeseen tarkoituksenmukaisesti: vuosia ei tule lisää ja elämä on rajallinen, mutta kaikki on hyvin tällä hetkellä. Ajattelutapa antaa tilaa elämästä nauttimiselle.

## **9.6. Yhteenveto ikäihmisyydestä**

Tutkimuskysymyksiin vastaamisen lisäksi tutkimukseni tulokseksi voidaan katsoa ikäihmisyysskäsitteen löytäminen. Aineistostani muodostamieni viiden ikäihmisyyden arkkityypissä ilmenevät yhteiskunnassamme vallitsevat vanhuskäsityksen piirteet. Arkkityyppien ikäihmisyyys näyttäytyy biolääketieteellisen vanhuskäsityksen mukaisesti elämänlaatua heikentävänä ja raihnastumista aiheuttavana elämänvaiheena. Toisaalta ikäihmisyyys ilmenee myös sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen mukaisesti uusia mahdollisuuksia luovana ja energisenä elämänvaiheena vailla turhia velvollisuuksia ja vastuita. Ikäihmisyyden arkkityypit osoittavat, että on olemassa erilaisia tapoja olla ikäihminen ja nämä olemisen tavat ovat yhtä yksilöllisiä kuin ikääntyminen kokonaisuudessaankin. Varmaa on, että aineistoni perusteella oli mahdollista löytää vain murto-osa kaikista olemassa olevista ikäihmisyyden arkkityypeistä. Tässä tutkimuksessa tekemäni löydökset kuvaavat kuitenkin tämän aineiston ainutlaatuista todellisuutta.

Ikäihmisyyys voidaan liittää käsityksiin ihmisarvosta. Erilaisissa olemisen tavoissa ilmentyy sekä ihmisen omanarvontunto että yhteiskunnan vanhuskäsityksen kautta aktivoitunut ihmisarvo. Ihmisarvo voidaan nähdä ihmisen arvokkuutena nimenomaan hänen ihmisyytensä ansiosta. Ihmisen arvo liittyy tällöin hänen olemassaolonsa, eikä siihen vaikuta hänen ominaisuutensa tai hyödyllisyytensä yhteiskunnan osana. Nyky-yhteiskunnassa korostuu kuitenkin myös ihmisarvon toinen puoli, joka liittyy ihmisarvon suhteuttamiseen ihmisen hyödyllisyyteen. Tällöin arvo perustuu siihen, että yksilö ansaitsee tulla arvostetuksi. (Vikström 2006, 13–18.)

Tarkastellessaan yhteiskunnassamme vallitsevaa vanhuskäsitystä ja sosiaaliseen vanhenemiseen liittyviä näkökulmia aktiivisesta ikääntymisestä voi harmiksensa nähdä, miten hyödyllisyyteen pe-

rustuva ihmisarvo tuntuu olevan yhteiskunnassamme voitolla. Haluni antaa ikäihmisille kirjoitettu ääni perustui kuitenkin käsitykseen siitä, että ihmisellä on arvo sellaisenaan. Tulokseksi saamani viisi ikäihmisyyden arkkityyppiä ilmentävät ikäihmisten ikäihmisyyttä eli erilaisia tapoja olla ikäihminen. Olemisen taustalla vaikuttavat sosiaalinen vanheneminen; vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa ja yhteiskunnassa vallitseva vanhuskäsitys, mutta lopulta ikäihmisyyys ja ikääntyminen on kuitenkin jokaisen oma kokemus. Marina (2002, 100) lainaten vanheneminen on siis kokemuksellisesti ja tosiasiallisesti yksilöllinen prosessi.

## **10. POHDINTOJA IKÄÄNTYMISESTÄ – ONGELMA VAI ETUOIKEUS?**

Tutkimukseni tärkeimpänä tavoitteena oli saada ikäihmisten kirjoitettu ääni kuuluviin. Tarkoitukseni oli tarkastella ikäihmisten omia käsityksiä ikäihmisestä olemisesta ja ikäihmisyydestä suhteessa yhteiskunnan vanhuskäsitystä ilmentävään ikääntymispolitiikkaan. Ikääntymispolitiikan avulla asetetut tavoitteet ja toimenpiteet vaikuttavat poliittiseen päätöksentekoon, yhteiskunnalliseen keskusteluun, tiedotusvälineiden kautta käytävään puheeseen sekä väestön käsityksiin itsestään ja muista vanhenevina kansalaisina. Näin ollen ikääntyminen ja vanhuus muodostuvat aina aikansa kuviksi. Tästä ajan kuvasta voi nähdä heijastuvan yhteiskunnan sosiaalisen vanhenemisprosessin tuotteen eli ikäihmisyyden, joka käsitteenä syntyi havainnollistamaan erilaisia ikäihmisestä olemisen tapoja tutkimusaineistossani. Näitä ikäihmisestä olemisen tapoja edustavat viisi ikäihmisyyden arkkityyppiä eli vastahakoisesti ikääntyvä, alakuloinen luopuja, saappaat jalassa kuoleva, luonnollisesti ikääntyvä ja elämästä nautiskeleva. Kyseisten arkkityyppien heikkoutena on laadulliseen tutkimukseen liittyvä yleistämisen mahdottomuus, mutta ne antavat silti mahdollisuuden tarkastella ikäihmisyyttä eli ainutlaatuisena ikäihmisestä olemista aineistossani.

Ikäihmisten kirjoitettua ääntä kuunnellessani ymmärsin, että osa aineistoni ikäihmisistä ei halua tulla korotetuksi jalustalle ja saada osakseen erityiskohtelua. Heidän käsityksissään esillä oleminen yhdistyi yhteiskunnan kielteiseen vanhuskäsitykseen. Ikäihmisyyden esiin nostaminen on kuitenkin asia, joka edesauttaa ikäihmisyyteen liittyvien asioiden hallitsemista. Toivoisin yhteiskunnan ja ikäihmisten omaksuvan käsitteen positiivinen erityiskohtelu. Ihmisoikeussopimusten ja perustuslakien mukaan vanhukset muodostavat ryhmän, jonka kohdalla ”tavoitteeksi asetetun tasa-arvon saavuttamiseksi on mahdollista käyttää positiivista erityiskohtelua heikommassa asemassa olevan ryhmän eduksi” (Nieminen 2014, 80). Positiivinen erityiskohtelu on oikeudellinen käsite, mutta mielestäni se sopii hyvin sovellettavaksi tähän yhteyteen.

On väistämätön tosiasia, että yhteiskuntamme vanhenevat. Siihen on suhtauduttava, sitä on tutkittava ja se on otettava huomioon, jotta onnistunut ikääntyminen olisi edes osittain mahdollista. Ihmillisen ja ihmisarvoisen vanhuuden takaamiseksi yhteiskunnan on kehitettävä järjestelmäänsä niin, että se kykenee turvaamaan hyvän ikääntymisen kaikenikäisille. Toisin sanoen ikääntyvien ihmisten ja heidän elämänsä aito kunnioittaminen ovat edellytys yhteiskunnan eettisyydelle ja vanhusten hyvinvoinnille (Gothoni 2007, 15). Ikääntyminen ja ikäihmiset eivät ole yhteiskunnasta ja muusta väestöstä eristämisen tarpeessa oleva erikoinen ja homogeeninen joukko, vaan erityinen ja omalaa-tuisista yksilöistään koostuva. He ovat ihmisryhmä, jotka ansaitsevat kunnioituksensa jo pelkällä olemassaolollaan.

Johdannossa epäilin, että sanonta ”kaikki haluavat elää pitkään, mutta kukaan ei halua vanheta” ei pitäisi paikkaansa. Epäilykseni on osoitus siitä, miten tutkijan on vaikeaa lähestyä tutkimustaan täysin irrallaan omista arvoistaan ja esioletuksistaan (Eskola & Suoranta 2005, 16–18). Tutkimuk-seni aikana sain kuitenkin todeta, että epäilykseni oli väärä. Ikäihmisten kirjoitusten perusteella näyttääkin siltä, että ikääntymiseen suhtaudutaan yllättävän ristiriitaisesti. Siitä huolimatta, että ikäihmisten aktiivisuutta ja voimavaroja korostava vanhuskäsitys on kasvattanut huomiotaan, ikäihmiset nähdään ensisijaisesti hoidettavana ja huollettava joukkona. Kielteiset mielikuvat kohdis-tetaan sekä yhteiskunnan että ikäihmisten omissakin käsityksissä erityisesti neljänteen ikään, joka elinajan pidennettyä edustaa varsinaista vanhuutta. Juuri tässä on ikääntymisen kipupiste: kukaan ei halua samaistua liian vanhaksi.

Neljättä ikää ei tavoittele kukaan, eikä se näytä tuntuvan saavutukselta. Kolmanteen ja neljänteen ikään perustuva vanhuskäsitys on asettanut ”touhottamisen” (kts. luku 5.2.; Katz 2000) ja kuoleman vastakkain. Yhteiskuntamme ylläpitämä mielikuva ikääntymisestä johtaa tilanteeseen, jossa eläke-ikänsä vapaudesta nauttivat ja elämänsä täydellistymisen (Laslett 1989, 153) saavuttavat ikäihmiset joutuvat lopulta täydellisen elämänmuutoksen eteen raihnaisen ja sopeutumisen mahdottomaksi tekevän todellisen vanhuuden edessä. Vaikka elämänvaiheet vanhuutta ennen ovat soljuneet mut-kattomasti, niin mielikuvat neljänteen ikään siirtymisestä ja neljännessä iässä olemisesta kuvaavat itsenäisyyden, itsemääräämisoikeuden ja identiteetin menettämistä.

Mielikuva neljänneestä iästä on siis ristiriidassa aktiivisuusteorian sisältämään onnistuvaan vanhe-nemiseen, jonka pitäisi näkyä ikäihmisten tyytyväisyytenä, iloisuutena ja sopeutumisena (Jyrkämä 1990, 101). Tällaisia määreitä on kuitenkin mahdotonta liittää neljänteen ikään. Kirjoituksissa il-menneet radikaaleimmat käsitykset kuvaavat tilannetta, jossa pitkään eläminen ei ole ongelma, kunhan ei vain elä liian vanhaksi ja ehtii kuolla ennen neljättä ikää. Tämä ei kuitenkaan ole ainoa

ikäntymiseen liittyvä ristiriita, sillä myös käsite onnistunut vanheneminen tuottaa mielikuvallisia vaikeuksia. Kolmas ikä kaikella reippaudellaan, kaikkien mahdollisten voimavarojen valjastamisellaan ja kaikenlaista terveyttä tavoitellessaan tuottanee hyvinvointia ja onnellisuutta, mutta puhuttaessa onnistuneesta vanhenemisesta ei enää tiedä mikä todella on osoitus onnistumisesta ja mikä ei. Miten vanhenemisessaan voi onnistua? Onko onnistumista se, että kuolee mahdollisimman terveenä ja hyvinvointisena? Vai se, että onnistuu kuolemaan mahdollisimman vanhana? Vai ettei kuole ollenkaan?

Tämän tutkimuksen perusteella on mahdollista todeta, että pitkän iän saavuttaminen ei ole ikäihmisille ongelma, mutta liian vanhaksi ei haluta elää. Neljänteen ikään liitettyjen uhkakuvien myötä vanhuudesta on tullut ongelma sekä yhteiskunnalle että yksilölle. Yhteiskunnan hyötyyn ja talouteen painottuvat suhtautumistavat konkretisoivat ikääntymisen kuluja ja biolääketieteellisen vanhuskäsityksen mukaan jokainen kuolema on osoitus epäonnistumisesta. Yhteiskunnastamme puuttuvat ajatukset hyvästä loppuelämästä ja hyvästä kuolemasta (Vincent 2003, 158–159). Näin ollen ajatus onnistuneesta vanhenemisesta ei voi koskaan päättyä tyydyttävästi.

Ikääntyminen on kuitenkin monessa suhteessa myös etuoikeus. Eliniän pidentyminen on yhteiskunnallinen saavutus, joka on seurausta hyvinvoinnin kasvusta. Samalla toimintakykyiset elinvuodet ovat lisääntyneet, joten ikäihmisillä on mahdollisuus viettää eläkepäiviään entisaikojen ikäihmisiä terveempinä ja aktiivisempina. Eliniän piteneminen on etuoikeus sukupolvien välisessä suhteessa, mutta myös sukupolvien sisäisissä suhteissa, sillä ikääntyminen on yksilöllisesti etenevää ja osin sattumanvaraista. Myös ikääntymisen maailmanlaajuinen tarkastelu vahvistaa länsimaisten yhteiskuntien etuoikeutettua asemaa.

”The world is in the midst of a unique and irreversible process of demographic transition that will result in older populations everywhere. As fertility rates decline, the proportion of persons aged 60 and over is expected to double between 2007 and 2050, and their actual number will more than triple, reaching 2 billion by 2050. Currently, 64 per cent of all older persons live in the less developed regions — a number expected to approach 80 per cent by 2050.” (United Nations)

Yhdistyneiden kansakuntien raportista (2015) ilmenee väestön ikääntymisen yleismaailmallisuus: syntyvyyden alentuessa yli 60-vuotiaiden osuus on kaksinkertaistumassa vuosien 2007 ja 2050 välillä. Länsimaisten hyvinvointivaltioiden etuoikeutettu asema tulee parhaiten esiin siinä, että vuoteen 2050 mennessä jopa 80 prosenttia maailman ikäihmisistä elää vähemmän kehittyneillä alueilla (United Nations 2015). Maailmanlaajuisesti kuulumisemme hyvinvointivaltiollisen ikääntymisen piiriin tuottaa yhteiskuntamme ikäihmisille huomattavan edullisen aseman. Näkökulman laajenta-



minen osoittaa, että ikääntyvä yhteiskuntamme kuuluu maailman hyväosaisiin. Herää kuitenkin kysymys siitä, mikä on riittävän hyvää ikääntymistä? Ikäihmiset osoittivat kirjoituksissaan, että kaikenlaisen hyvinvoinnin lisääntymisestä huolimatta ikäihmisyyteen ei välttämättä sisälly loputtoman elämän ihannointia. Eletystä elämästä ollaan kiitollisia, terveyttä ja toimintakykyä arvostetaan, mutta elämän pituudesta ollaan kuitenkin valmiita tinkimään.

Ikäihmisten kirjoitukset tukevat näkemyksiä (esim. Aaltonen ym. 2014) siitä, että ikääntymispoliittiset tavoitteet eivät tällaisenaan toteuta heidän toiveitaan tulla huomioduksi heterogeenisenä ryhmänä, jonka ikääntyminen tapahtuu omaan tahtiinsa. Kaikille hyvän yhteiskunnan saavuttaminen edellyttäisi ikäihmisten ikäihmisyyteen liittyvän asiantuntijuuden hyödyntämistä eli ikäihmisten ajatusten ja toiveiden kuuntelemista. Kirjoituksia analysoidessani ymmärsin, että ikäihmisille elämä ei näyttäydy muihin ikin verrattuna poikkeuksellisenä ja sisäisesti täysin muuttuneena olotilana, vaan elämä soljuu eteenpäin. Voikin olla niin, että lopulta yhteiskunta saattaa muodostua suuremmaksi ongelmaksi ikäihmisille kuin ikäihmiset yhteiskunnalle (Jyrämä 1990, 99–100). Näin käy ainakin, jos huomio kiinnitetään vain kolmanteen ikään aktiivisena elämänvaiheena ja samalla piilotetaan kuolema ja elämän lopullisuus neljanteen ikään.

Ikääntymiseen kohdennettava yhteiskunnallinen toiminta on tasapainoilua eri voimasuhteiden välillä. Tavallisesti toiminnassa korostuu vallitseva vanhuskäsitys, jossa on aina mukana sekä vanhoja että uusia käsityksiä, mutta huomiosta kilpailevat myös yksilöiden halut ja tarpeet, jotka edellyttävät ikäihmisten äänen kuulemista. Yhteiskunnallinen päätöksenteko saattaa toisinaan edetä ilman todellista kosketusta kohderyhmäänsä, jolloin ajatus voi olla hyvä, mutta toteutus ei vastaa tarpeita ja odotuksia. Ikääntymispolitiikan suurin haaste on siis päästä sanoista tekoihin. Sosiaalisen vanhenemisen käsite liitettynä vanhuskäsitykseen, osoittaa mielestäni sen, että yhteiskunnallisen päätöksentekojärjestelmän on oltava valpas. Ajassa muuttuvat käsitykset, tarpeet ja tavoitteet edellyttävät onnistuakseen integrointia – tarkkaavaisuutta ja herkkyyttä, jotta voitaisiin tavoittaa kullekin ajalle tyypillisimmät ja tärkeimmät tavoitteet edistää ikäihmisten hyvinvointia.

Näyttää siltä, että ikääntyminen nähdään yhteiskunnassamme yleisemmin ongelmana kuin etuoikeutena. Jopa myönteiseksi luokiteltu sosio-kulttuurinen vanhuskäsitys aktiivisuusparadigmoineen asettaa oikeanlaiselle ikääntymiselle ehtoja. Jatkuvan aktiivisuuden edellyttäminen häivyttää vanhuudelle tyypillisen henkistymisen, rauhoittumisen ja sosiaalisen vetäytymisen. Ongelma tai etuoikeus-näkökulmasta huolimatta ikääntyminen on sosiaalista ja yhteiskunta yhteiskunnallisine teki-jöineen muovaa vanhenemista ja vanhana olemista. (Jyrämä 1990, 85–86.) Ikääntymispoliittisin toimin yhteiskunta yrittää varmistaa kykynsä huolehtia nykyistä iäkkäämmästäkin väestöstä, mutta

tavoitteiksi tulisi asettaa myös yleisen asenneilmapiirin parantaminen. Ikääntymiseen tulisi suhtautua hyväksyen ja luontevasti. Lopulta kyse ei ole vain ikäihmisten, vaan koko yhteiskunnan sopeutumisesta ikääntymiseen.

Tätä tutkimusta aloittaessani en vielä tiennyt miten ajatukseni ja jopa elämänasenteeni tulevat muuttumaan. En tiennyt, miten pro gradu kokoinen tutkimus voisi pysäyttää minut pohtimaan elämän lopullisuutta. Tutkimukseni edetessä ymmärrykseni ikäihmisyydestä on saanut sellaista syvyyttä, jonka jälkeen en enää ole entiseni. Toivon, että tulevaisuudessa ikäihmisiin ja ikääntymiseen suhtauduttaisiin yhteiskunnassamme luontevammin. Peräänkuulutan pehmoista tapaa kohdata ikäihmisyys. Kohdellaan hellästi harmaahapsiamme niin ehkä meitäkin kohdellaan joskus niin, sillä ikäihmisyys on selvästi enemmän kuin yhteiskuntamme vanhuskäsitys antaa ymmärtää.

## **11. TUTKIMUKSEN ARVIOINTIA**

Pro gradu – tutkimukseni lopuksi kiinnitän huomion tutkimuksen eettisyyteen ja luotettavuuteen. Laadullisessa tutkimuksessa korostuu ihminen niin tutkimuksen kohteena kuin tekijänäkin (kts. esim. Kananen 2014). Näin ollen etiikalla on tutkimuksenteossa merkittävä rooli, joka edellyttää tutkijalta tarkkaavaisuutta läpi koko tutkimusprosessin. Tutkimuksen luotettavuustarkastelut liittyvät läheisesti eettisyyteen, sillä hyvän tieteellisen käytännön (kts. luku 11.1.) noudattaminen sekä tuottaa että edellyttää tutkimuksen luotettavuutta.

Tutkimukseni viimeisessä luvussa (11.2.) huomio kiinnittyy erilaisiin jatkotutkimusvaihtoehtoihin. Tutkimusprosessin aikana lisääntynyt teoreettinen tietämys ja oman aineiston syvälinen tuntemus ovat tuottaneet ajatuksia siitä, miten käsissä olevaa tutkimusta olisi mahdollista jatkaa tai täydentää. Selvää on, että ikäihmisyyden tuntemus edellyttää vielä lukuisia tutkimuksia osakseen.

### **11.1. Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus**

Tutkimukseni luotettavuus perustuu hyvän tieteellisen käytännön harjoittamiseen ja se kattaa koko tutkimusprosessin. Hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa tiedeyhteisön toimintatapojen noudattamista eli rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, niiden esittämisessä sekä tutkimusten ja niiden tulosten arvioinnissa. Tutkimus on suunniteltava, toteutettava ja raportoitava yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. (Ronkainen ym. 2011, 152–153.) Tutkijan on siis otettava työskentelyssään huomioon niin tutkittavat, tiedeyhteisö kuin ympäröivä yhteiskuntakin (Kuula 2011, 34).

Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa on tärkeää huomioida erityisesti tutkittavien itsemääräämisoikeuden ja ihmisarvon kunnioittaminen, sillä tutkimuksesta ei saa aiheutua tutkittavalle henkistä, fyysistä eikä aiheellista vahinkoa (Kuula 2011, 24). Tässä tutkimuksessa itsemääräämisoikeus huomioitiin sekä kirjoituspyynnössä että aineistonkeruutilaisuuksissa, joiden aluksi annettiin tietoa tutkimuksen luonteesta ja sisällöstä. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista, sillä kirjoituspyyntöjä jaettiin vain halukkaille. Kirjoituspyynnössä oli myös liitteenä yhteystietoni, joiden välityksellä lisätietojen hankkiminen on mahdollista vielä tutkimuksen jälkeenkin.

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyvät myös tutkimusaineistojen keruu, käsittely ja asianmukainen arkistointi, jotka ilmentävät tutkimussuhdetta eli tutkijan ja tutkittavan välistä eettisesti kestävästä tutkimustapaa (Kuula 2011, 24). Kirjoituspyynnössäni kerroin, että käsittelen kirjoituksia luottamuksellisesti, eikä kirjoituksia käytetä muuhun kuin tämän pro gradu – tutkielman aineistona. Kirjoituspyynnössäni ei mainittu anonymiteettiä eli tunnistettavuutta, mutta mahdollisuus kirjoittaa vastaukset nimettömänä vastaa tutkijan lupauksia kohdella aineistoa tietosuoja huomioon ottaen. Näin ollen tutkittavat ovat voineet luottaa siihen, että niin halutessaan he eivät paljastu ja että aineistonkeruuvaiheessa annetut lupaukset pitävät (emt., 64).

Tutkimusprosessin aikana oli tehtävä monia erilaisia valintoja ja eräs eettinen valinta liittyi tutkittavien allekirjoitettavaksi tarkoitettuun tutkimuslupaan. Lähtökohtani oli lähestyä asiaa suostumuksen kannalta ja aluksi teinkin kirjoituspyynnön ohien suostumuslomakkeen. Tämän jälkeen yritin käynnistää tutkimukseni aineistonkeruuta erään hankkeen kautta, mutta yritys tyrehtyi ilman ainoatakaan vastausta. Syitä epäonnistumiselle oli ainakin kaksi. Ensinnäkin aineistonkeruu tapahtui ilman, että olin itse kontaktissa ikäihmisiin, joten en päässyt vaikuttamaan mielikuvaan tutkimukseni tärkeydestä. Toisaalta epäonnistuminen liittyi käytäntöihin, sillä hekin ketkä vastasivat, olivat unohtaneet liittää suostumusluvan mukaan. Tulin siihen tulokseen, että onnistunut aineistonkeruu on tehtävä toisin.

Lopulta päädyin siihen, etten liitä kirjoituspyyntöni erillistä suostumuslomaketta. Ratkaisuni liittyy siihen, että kirjoituspyyntö on aineistonkeruumuoto, joka edellyttää vastaajaltaan aktiivista toimintaa. Näkemykseni mukaan ikäihminen on suostuvainen kirjoituspyynnön käyttämiseen tutkimuksessa, mikäli hän on halukas ja kykenevä siihen vastaamaan. Tutkimukseeni osallistuneiden suostumukseen liittyvä eettisyys perustuu siis siihen, että kirjoituspyynnön kautta tuleva vastaus on samalla suostumus tutkimukseen osallistumiseksi. Tietyin edellytyksin tutkimusluvan laatiminen ei siis ole välttämätöntä. Esimerkkeinä tästä ovat internet- ja kirjekyselyihin tai kirjoituspyyntöihin vas-

taaminen ja niiden takaisinlähettäminen tutkijalle. Tällöin kyseessä on vapaaehtoinen suostumus osallistua tutkimukseen (Kuula 2011, 117–120.)

Koskinen (2011, 277) on todennut, että fenomenografisessa tutkimuksessa luotettavuustarkastelut liittyvät erityisesti siihen, miten tutkimuksen tulokset on esitetty ja raportoitu. Hänen mukaansa olennaisinta on se, että tutkija onnistuu löytämään aineistosta tutkittavaa ilmiötä kuvaavat käsitykset ja raportoi niistä luotettavasti. Syrjälän ym. (1996) mukaan fenomenografisen tutkimuksen luotettavuuden kannalta olennaiset asiat liittyvät myös kategorioiden perusteella tehtyjen tulkintojen validiteettiin sekä niiden kykyyn vastata teoreettisiin lähtökohtiinsa (Syrjälä ym. 1996, 129–131). Tutkimuksessani olen pyrkinyt mahdollisimman läpinäkyvään raportointiin. Aineiston hankintaan ja kategorioiden muodostamiseen liittyvää aitoutta olen tavoitellut tiedostamalla ilmaisujen merkitysten intersubjektiivisuuden eli riippuvuuden sekä ilmaisujen antajasta että itsestäni ilmaisujen tulkitsijana (emt., 129–131). Aineiston relevanttiutta tavoittelin pitämällä teoreettiset lähtökohdat johdonmukaisesti mielessäni koko tutkimusprosessin ajan. Kategorioiden relevanssin perustelun olen toteuttanut liittämällä teoreettiset tutkimuskäsitteistöt ja tutkimusongelmat kategorioihin. (Syrjälä ym. 1996, 152–155.) Lisäksi olen liittänyt tutkimusraporttiin autenttisia otteita kirjoituksista.

Luotettavuuden kannalta on olennaista ottaa huomioon myös oma roolini tutkijana. Aineistonkeruu järjestettiin niin, että kävin yhdistyksen tilaisuuden alussa esittelemässä tutkimustani, jonka jälkeen poistuin paikalta. Kirjoituspyynnöt jaettiin yhdistyksen toimihenkilöiden toimesta halukkaille tilaisuuden jälkeen. Järjestelyn myötä annoin tutkimukselleni kasvot, mutta tutkijana minulle jäi vain objektiivinen suhde tutkimusaineistooni. Objektiivisuus on kuitenkin vain ideaalinen tavoitetilä, sillä tutkijan on mahdotonta irtautua täysin kaikista arvostuksistaan ja esioletuksistaan (Eskola & Suoranta 2005, 16–18). Tutkijana olen sidoksissa omiin arvoihini ja esitietoihini tutkittavasta asiasta, joten ne väistämättä vaikuttavat tulkintoihini. Kyse ei ole aina vain negatiivissävytteisten tulkintojen ylivallasta, vaan toisinaan yltiöpositiivisetkin asenteet saattavat vääristää tehtyjä tulkintoja. Tutkimuksen eettisyyden kannalta objektiivisuutta on vähintäänkin se, että tutkija ainakin yrittää ottaa huomioon omia sidonnaisuuksiaan (emt., 16–18). Tieteen kannalta ei välttämättä ole edes mahdollista, saati toivottavaakaan poistaa tutkijan subjektiivisuutta (Ronkainen ym. 2011, 70–72).

Fenomenografista lähestymistapaa on myös kritisoitu. Eräs analyysimenetelmän soveltamiseen liittyvä heikkous on ollut analyysiprosessin riittämätön raportointi. Läpinäkymätön raportointi ei anna lukijalle mahdollisuutta seurata kategorioiden muodostumisen vaiheita. (Koskinen 2011, 277.) Tähän yksityiskohtaan olen omassa analyysissäni pyrkinyt kiinnittämään huomiota. Myös käsitysten kontekstuaalisuus on saanut osakseen kritiikkiä, sillä se on kyseenalaistanut sen, voiko tutkija todel-

la ymmärtää tutkimuskohteidensa tapaa hahmottaa maailmaa (Koskinen 2011, 270). Koska tutkijan oma vaikutus tulkintaan on väistämätöntä ja koska muiden ihmisten mielensisällöt eivät ole täysin tavoitettavissa tulkinta jää aina vähintäänkin varaukselliseksi (Syrjälä ym. 1996, 124). Sosiaalinen todellisuus ja sen tulkinta muodostuvat erilaiseksi riippuen kontekstista, näkökulmasta ja tilanteesta olevasta henkilöstä (Puusa & Juuti 2011, 51).

Tällä fenomenografisella tutkimuksella tavoittelin ikäihmisten ilmaisujen perusteella tulkittua tietoa heidän käsityksistään. Fenomenografisen aineiston määrälliset tavoitteet liittyvät aineiston syvyyteen laajuuden sijasta. (Syrjälä ym. 1996, 152.) Jälkikäteen tarkasteltuna kirjoituspyynnön kysymyksille olisi ollut muitakin vaihtoehtoja ja niiden sisältöä olisi voinut tarkentaa enemmän. Tämän tutkimuksen aineiston syvyys osoittautui kuitenkin riittäväksi, sillä ymmärryksen muodostaminen ikäihmisyydestä oli mahdollista. Fenomenografisella tutkimuksella tavoitellaan tulosten yleisyyttä eli käsitysten tarkastelemista teoreettisilla ja universaaleilla käsitteillä (Syrjälä ym. 1996, 152). Näin ollen kohdistin kiinnostukseni ikäihmisten yksilötarkastelusta yleisemmin ikäihmisyyteen. Fenomenografisten tutkimustulosten päämääränä on johtopäätösten teoreettinen yleisyys (emt., 152). Tämä tarkoittaa tutkimuksessaan esiin tulevaa lopputulosta, jossa ikäihmisyyteen liittyviä käsitteitä on mahdollista kuvata, mutta myös selittää sosiaalisen vanhenemisen ja yhteiskunnan vanhuskäsityksen teoreettisilla viitekehyksillä.

Tämä tutkimus on yksi mahdollinen versio ikääntymisen todellisuudesta. Se on mahdollista liittää vain tähän aineistoon ja eri näkökulmasta tehty tulkinnat voisivat olla toisenlaisia. Tämän tutkimuksen perusteella muodostettu todellisuus voi omalta osaltaan vaikuttaa siihen, miten ikääntymisestä ja ikäihmisistä ajatellaan. Sanat, merkitykset ja käsitykset eli kaikki tekemämme valinnat muodostavat todellisuutta, jonka kautta kohtaamme ikäihmisyyden. Yhdenkään todellisuuden kuvaaminen ei ole yhdentekevää ja toisaalta kaikenlaisten todellisuuksien kuvaaminen voi johtaa positiiviseen erityiskohteluun – siihen, että huomio kiinnittyy lopulta asioihin, jotka edistävät hyvinvointia.

## **11.2. Ajatuksia jatkotutkimuksista**

Tutkimusprosessini kuluessa havaitsin monia vaihtoehtoisia ja kiinnostavia näkökulmia tutkia ikäihmisyyttä ja ikääntymistä. Useimmiten nämä vaihtoehtoiset tutkimuspolut tulivat näkyviksi erilaisten valintojen ja ratkaisujen hetkillä, jolloin oli asetettava rajoja omalle tutkimukselle. Näistä tutkimukseni ulkopuolelle jääneistä sivujuonteista olisi mahdollista tehdä aivan uusia tutkimuksia tai toisaalta edetä jatkotutkimuksiin. Ensinnäkin on selvää, että tutkimustani olisi mahdollista laa-

jentaa ja syventää triangulaation avulla. Käyttämällä erilaisten menetelmien, tietolähteiden ja teorioiden yhdistelmää olisi ikääntymisestä ja ikäihmisyydestä mahdollista saada yleistettävissä olevia tuloksia.

Vaihtoehtoisista tutkimusnäkökulmista erityisesti sukupolvipoliittinen näkökulma vaikuttaa lupaavalta. Siinä huomio kiinnitettäisiin siihen, miten ikäihmiset käsittävät sukupolvien välisten oikeuksien ja vastuiden oikeudenmukaisen jakamisen. Samassa yhteydessä olisi myös kiinnostavaa vertailla eri oikeus- ja vastuukäsitysten jakautumista eri sukupolvien välillä. Tämä näkökulma suuntautuu ikääntymispolitiikasta kohti ikäpolitiikkaa ja sen tarkastelu kohdistuisi esimerkiksi ikäihmisten käsityksiin yhteiskunnan ylläpitämästä vanhukset kulueränä - puheesta. Toisaalta olisi myös kiinnostavaa jatkaa ikäihmisyyden arkkityyppien kartoittamista huomattavasti suuremmalla aineistolla.

Neljännessä iässä olevien iäkkäiden ihmisten käsitykset muodostuivat tutkimusmatkani varrella kaikkein kiinnostavimmaksi jatkotutkimusaiheeksi. Ylipäätään ikäihmisten saati iäkkäiden ihmisten käsityksiä ei vielä toistaiseksi ole tutkittu liikaa, joten yhteiskunnan ja yksilöjen välisen vuorovaikutuksen synkronoimisen kannalta käsitysten lisäkartoittaminen olisi merkityksellistä. Jatkotutkimusaiheen mielekkyyden perustelee se, että erilaisten yhteiskunnallisten toimenpiteiden onnistuminen ei ole mahdollista ilman ikääntymisen kohteena olevien ikäihmisten käsityksiä siitä, miltä ikääntymiselle asetetut tavoitteet tuntuvat. Erityisesti neljännessä iässä olevia kohdellaan usein vain passiivisina toiminnan kohteina. On kuitenkin ilmiselvää, ettei ihmisen oikeus saada äänensä kuuluviin voi päättyä neljännen iän alkamiseen. Vanhusten yksilöllisyyden todentamiseksi on tehtävä lisätutkimuksia, jotta tietoisuus ikäihmisyydestä kiinnittyisi osaksi yhteiskunnan hyväksyvää ja huomioitavaa vanhuskäsitystä. Yhteiskunnallisen toiminnan ja yksilön elämän tulee siis olla sopivassa vuorovaikutuksessa keskenään, jotta lopputulokseksi voisi muodostua hyvä yhteiskunta kaikille.

## LÄHTEET

- Aaltonen**, Tarja & Henriksson, Lea & Tiilikka, Tiina & Valokivi, Heli & Zechner, Minna (2014) Vanhuksen hyvä elämä asiakirjoissa ja haastattelupuheessa. Teoksessa Anna Metteri, Heli Valokivi & Satu Ylinen (toim.) *Terveys ja sosiaalityö*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Alanen**, Pentti (2008) Seurausten hoidosta syiden poistoon. Teoksessa Ulla Ashorn & Juhani Lehto (toim.) *Tutkijapuheenvuoroja terveydenhuollosta*. Jyväskylä: Gummerus.
- Alasuutari**, Pertti (2007) *Laadullinen tutkimus*. Tampere: Vastapaino.
- Arajärvi**, Pertti (2015) Blogi: Sivistystä. Osaamista. Sydämellisyyttä. <http://arajarvi.fi/kategoria/blogi/> Viitattu 26.3.2015.
- Arajärvi**, Pertti (2014) Vanhuspalvelulaki – mitä ja miksi? Teoksessa Anna Mäki-Petäjä-Leinonen & Liisa Nieminen (toim.) (2014) *Vanhuus ja oikeus*. Helsinki: Hansaprint Oy.
- Austad**, Steven (1997) *Miksi vanhenemme?* Helsinki: Terra Cognita.
- Elinkeinoelämän keskusliitto** (2015) Askeleita kestävyysvajeen selättämiseksi. Helsinki: Elinkeinoelämän keskusliitto. <http://ek.fi/mita-teemme/talous/julkinen-talous/kestavyysvaje-rasitteena/>. Viitattu 24.4.2015.
- Eloranta**, Sini & Isoaho, Hannu & Viitanen, Matti & Lehtonen, Aapo & Arve, Seija (2013) Säilyykö myönteinen elämänasenne vanhuudessa? *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 2013(50), 234–242.
- Eläketurvakeskus** (2014) Pitkän aikavälin laskelman 2013 tulokset. Väestöennuste ja elinaikakerroin. Helsinki: Eläketurvakeskus. [http://www.etk.fi/fi/service/uusimmat\\_laskelmatulokset\\_%28pts%29/496/uusimmat\\_laskelmatulokset\\_%28pts%29](http://www.etk.fi/fi/service/uusimmat_laskelmatulokset_%28pts%29/496/uusimmat_laskelmatulokset_%28pts%29). Viitattu 23.2.2015
- Eskola**, Jari & Suoranta, Juha (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Gothi**, Raili (2007) Vanhana ja arvostettuna – dialoginen essee vanhuudesta. Teoksessa Taimi Tulva, Ilkka Uusitalo & Kimmo Harra (toim.) *Vanhuuden monet kasvot*. Helsinki: OKKA-säätiö.
- Hakonen**, Sinikka (2008) Ennakoiva ja voimaannuttava elämäntähtäminen. Teoksessa Asta Suomi & Sinikka Hakonen (toim.) *Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakonen**, Sinikka (2008) Ikäideat ikäkäytäntöjen työkaluiksi. Teoksessa Asta Suomi & Sinikka Hakonen (toim.) *Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakonen**, Sinikka (2008) Kolmas ikä voimaantumisen aikana. Teoksessa Asta Suomi & Sinikka Hakonen (toim.) *Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Heikkinen**, Eino (2013) Vanhenemisen ulottuvuudet ja vanhenemiseen vaikuttavat tekijät. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) (2013) *Gerontologia*. Helsinki: Duodecim.

- Heikkinen**, Eino (2002) Sairauksista toimintakykyyn. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi.
- Heikkinen**, Eino (2000) Terve vanheneminen – utopia vai realistinen mahdollisuus? Teoksessa Eino Heikkinen & Jouni Tuomi (toim.) Suomalainen elämäntyyli. Helsinki: Tammi.
- Heikkinen**, Riitta-Liisa (2013) Kokemuksellinen vanheneminen. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) (2013) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.
- Hirsjärvi**, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula (2008) Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Julkunen**, Raija (2008) Ikä ideana ja tutkimuskohteena. Teoksessa Asta Suomi & Sinikka Hakonen (toim.) Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Julkunen**, Raija (2005) Suurten ikäluokkien sankariteko. Teoksessa Antti Karisto, Antti (2005) Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino
- Jylhä**, Marja & Forma, Leena & Aaltonen, Mari & Raitanen, Jani & Rissanen, Pekka (2008) Pidentyvä vanhuusikä ja palvelujen uudet haasteet. Teoksessa Ulla Ashorn & Juhani Lehto (toim.) Tutkijapuheenvuoroja terveydenhuollosta. Jyväskylä: Gummerus.
- Jylhä**, Marja (1990) Vanheneminen, toiminta ja vuorovaikutus. Teoksessa Pertti Pohjolainen & Marja Jylhä (toim.) Vanheneminen ja elämäntyyli. Sosiaaligerontologian perusteita. Helsinki: Weilin+Göös.
- Jyrkämä**, Jyrki (2008) Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Anna Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Juvenes.
- Jyrkämä**, Jyrki (2005) Syntynyt 1947, kuollut...? Suuret ikäluokat ja elämäntyylitulevaisuus. Teoksessa Antti Karisto (2005) Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino.
- Jyrkämä**, Jyrki (1996) Kuka on vanha, kuka on vanhus? Näkymiä vanhenemisen ja vanhuuden kokemiseen. Teoksessa Tapio Aittola, Leena Alanen & Paula Rantamaa (toim.) (1996) Minkä ikäinen olettekaan, rouva? Jyväskylän yliopisto: Yhteiskuntatieteiden, valtio-opin ja filosofian julkaisuja.
- Jyrkämä**, Jyrki (1995) ”Rauhaisesti alas illan lepoon”? Tutkimus vanhenemisen sosiaalisuudesta neljässä paikallisyhteisössä. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto: Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos.
- Jyrkämä**, Jyrki (1994) Vanhuus liikkeessä: näkymiä vanhenemiseen ja sen tutkimiseen. Teoksessa Antti Uutela & Jan-Erik Ruth (toim.) (1994) Muuttuva vanhuus. Tampere: Gaudeamus.
- Jyrkämä**, Jyrki (1990) Vanhuus, vanheneminen ja yhteiskunta – näkökulmia sosiaaliseen vanhenemiseen. Teoksessa Pertti Pohjolainen & Marja Jylhä (toim.) Vanheneminen ja elämäntyyli. Sosiaaligerontologian perusteita. Helsinki: Weilin+Göös.
- Kangas**, Ilka & Nikander, Pirjo (1999) Johdanto. Teoksessa Ilka Kangas & Pirjo Nikander. Naiset ja ikääntyminen. Helsinki: Gaudeamus.
- Kananen**, Jorma (2014) Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: JuvenesPrint.
- Karisto**, Antti (2005) Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino.



- Karisto**, Antti & Konttinen, Riikka (2004) Kotiruokaa, kotikatua ja kaukomatkailua. Tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä. Helsinki: Yliopistopaino.
- Kaskiharju**, Seija (2004) Vanhus, ikäihminen vai seniorikansalainen? *Gerontologia* (4)2004, 277–281.
- Katz**, Stephen (2000) Busy bodies: activity, ageing and the management of everyday life. *Journal of Aging Studies* 14 (2), 135–152.
- Kivelä**, Sirkka-Liisa & Vaapio, Sari (2011) Vanhana tänään. Helsinki: Suomen Senioriliitto ry.
- Korkman**, Sixten & Lassila, Jukka & Määttä, Niku & Valkonen, Tarmo (2007) Hyvinvointivaltion rahoitus. Riittävätkö rahat, kuka maksaa? Helsinki: Yliopistopaino.
- Koskinen**, Marketta (2011) Fenomenografia tutkimuslähestymistapana. Teoksessa Anu Puusa & Pauli Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Johtamistaidon opisto.
- Koskinen**, Simo (2007) Ikäihmisten asema Suomessa ja ikääntymisen käsityksiä. Teoksessa Taimi Tulva, Ilkka Uusitalo & Kimmo Harra (toim.) Vanhuuden monet kasvot. Helsinki: OKKA-säätiö.
- Koskinen**, Simo (1994) Vanheneminen sosiaalisesta näkökulmasta. Teoksessa Jorma Kuusinen, Eino Heikkinen, Pekka Huuhtanen, Juhani Ilmarinen, Juhani Kirjonen, Isto Ruoppila, Tapio Vaherva, Oili Mustapää & Sirkka Rautoja (toim.) (1994) Ikääntyminen ja työ. Helsinki: WSOY.
- Kuula**, Arja (2011) Tutkimusetiikka. Tampere: Vastapaino.
- Laatusuositus** hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:11. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Laslett**, Peter (1989) A Fresh Map of Life. The Emergence of the third age. London: Weidenfield and Nicolson.
- Marin**, Marjatta (2008) Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Anne Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.) (2008) Lapsuudesta vanhuuteen - iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino.
- Marin**, Marjatta (2002) Yhteiskunta ja hyvä vanheneminen: lähestymistapoja hyvän vanhenemisen yhteiskunnallisiin ehtoihin. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (2002) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi.
- Martelin**, Tuija & Sihvonen, Ari-Pekka & Koskinen, Seppo (2013) Elinaika ja kuolemansyyt. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. Helsinki: Duodecim.
- Metsämuuronen**, Jari (2008) Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia-sarja 4. Jyväskylä: Gummerus.
- Mikkola**, Matti (2014) Ikäihmisten sosiaaliset oikeudet. Teoksessa Anna Mäki-Petäjä-Leinonen & Liisa Nieminen (toim.) (2014) Vanhuus ja oikeus. Helsinki: Hansaprint Oy.
- Niemelä**, Pauli (toim.) (2010) Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOYPro.
- Nieminen**, Liisa (2014) Ikäsyrrjinnän kieltä. Teoksessa Anna Mäki-Petäjä-Leinonen & Liisa Nieminen (toim.) (2014) Vanhuus ja oikeus. Helsinki: Hansaprint Oy.
- Nieminen**, Mauri (2005) Ikärakenteen muutos. Teoksessa Pekka Myrskylä (toim.) Tallella ikä eletty... Ikääntyminen tilastoissa. Helsinki: Tilastokeskus.

**Nikander**, Pirjo (1999) Elämänkaaresta elämänkulkuun: Iän muuttuva merkitysmaailma. Teoksessa Ilka Kangas & Pirjo Nikander (1999) Naiset ja ikääntyminen. Helsinki: Gaudeamus.

**Nikander**, Pirjo (1999) Ikääntyvä yhteiskunta ja tulevaisuuden ikääntyvä nainen. Teoksessa Ilka Kangas & Pirjo Nikander (1999) Naiset ja ikääntyminen. Helsinki: Gaudeamus.

**Näslindh-Ylispangar**, Anita (2012) Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki: Edita.

**Ojala**, Hanna & Pietilä, Ilkka (toim.) (2013) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press.

**Ojala**, Hanna & Pietilä, Ilkka (2013) Maskuliinisuuden hegemoniasta monenkirjaviin eroihin: kriittisen miestutkimuksen avauksia vanhenemisen tutkimukseen. Teoksessa Hanna Ojala & Ilkka Pietilä (toim.) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press.

**Paloheimo**, Heikki & Wiberg, Matti (2008) Poliittikan perusteet. Helsinki: WSOY.

**Palomäki**, Sirkka-Liisa (2004) Suhde vanhenemiseen. Iäkkäät naiset elämänsä kertojina ja rakentajina. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto: Studies in sport physical education and health 94.

**Pitkänen**, Kari (1991) Johdanto. Teoksessa Riitta Oittinen & Kari Pitkänen (toim.) Kunnanvaivaisesta harmaaksi panteriksi. Tutkielmia suomalaisen vanhuuden historiasta. Helsinki: Hakapaino

**Pohjolainen**, Pertti (2013) Vanhenevan miehen toimintakyky. Teoksessa Hanna Ojala & Ilkka Pietilä (toim.) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press.

**Pohjolainen**, Pertti (1990) Mitä on sosiaaligerontologia? Teoksessa Pertti Pohjolainen & Marja Jylhä (toim.) Vanheneminen ja elämänkulku. Sosiaaligerontologian perusteita. Helsinki: Weilin+Göös.

**Portin**, Petter (2013) Vanheneminen biologisena ilmiönä. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

**Puusa**, Anu & Juuti, Pauli (2011) Mitä laadullinen tutkimus on? Teoksessa Anu Puusa & Pauli Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Johtamistaidon opisto.

**Rajaniemi J.** (2007). Sosiaaligerontologisia katseita ikäihmisten arkeen. Teoksessa J. Rajaniemi, S. Heimonen, A. Sarvimäki & A. Tiuhonen (toim.) Ikääntyneiden arki. Näkökulmia ikäihmisten arjen kysymyksiin. Oppaita 2/2007. Ikäinstituutti.

**Rautava**, Mari (2012) Ikääntymistä ei voi estää. Sosiaali- ja terveysministeriön ikääntymispolitiikka ja matalan kynnyksen neuvontapalvelut. Kandidaatin tutkielma. Tampereen yliopisto: Porin yksikkö.

**Rintala**, Taina (2003) Vanhuskuvat ja vanhustenhuollon muotoutuminen 1850-luvulta 1990-luvulle. Väitöskirja. STAKES tutkimuksia 132. Saarijärvi: Gummerus.

**Ronkainen**, Suvi & Pehkonen Leila & Lindblom-Ylänne, Sari & Paavilainen, Eija (2011) Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: WSOYPro.

**Ryynänen**, Markku & Notkola, Veijo (2007) Väestönkehitys ja sen ennustaminen. Teoksessa Seppo Koskinen, Tuija Martelin, Irma-Leena Notkola, Veijo Notkola, Kari Pitkänen, Marika Jalovaara,

Elina Mäenpää, Anne Ruokolainen, Markku Ryyänen & Ismo Söderling (toim.) Suomen väestö. Helsinki: Gaudeamus.

**Saarenheimo**, Marja (2012) Yleistä ikääntymisestä. Teoksessa Sirkkaliisa Heimonen & Hannu Pajunen (toim.) Mielen terveys vanhuudessa. Helsinki: Edita.

**Sainio**, Päivi & Koskinen, Seppo & Sihvonen, Ari-Pekka & Martelin, Tuija & Aromaa, Arpo (2013) Iäkkään väestön terveyden ja toimintakyvyn kehitys. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

**Sarvimäki**, Anneli (2013) Vanheneminen eri kulttuureissa ja etnisissä ryhmissä. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

**Seppänen**, Marjaana & Koskinen, Simo (2010) Ikääntymispolitiikka. Teoksessa Pauli Niemelä (toim.) Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOYPro.

**Sihvonen**, Ari-Pekka & Martelin, Tuija & Koskinen, Seppo & Sainio, Päivi & Aromaa, Arpo (2013) Terveet ja toimintakykyiset elinvuodet. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki:

**Sosiaali- ja terveysministeriö** (2015) Ikäihmiset. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [http://www.stm.fi/sosiaali\\_ja\\_terveyspalvelut/ikaihmiset](http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/ikaihmiset). Viitattu 26.2.2015.

**Sosiaalihuollon** lainsäädännön uudistaminen. Sosiaalihuollon uudistamistyöryhmän väliraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2010:19. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

**Sosiaali-** ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma. KASTE 2012–2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:1. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

**Sosiaalisesti** kestävä Suomi 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön strategia. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2011:1. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

**Syrjälä**, Leena (2010) Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Juva: WSOY.

**Syrjälä**, Leena & Ahonen, Sirkka & Syrjäläinen, Eija & Saari, Seppo (1996) Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjapaino Oy.

**Tainio**, Liisa (1999) Toimivatko vanhus ja ikäihminen samalla tavoin? Gerontologia (4), 257–258.

**Tedre**, Silva (2003) Ikä poliittisena ja sosiaalipoliittisena kysymyksenä. Janus 11(2), 133–139.

**Tenhunen**, Sanna & Vaitinen, Risto (toim.) (2013) Eläketalous. Helsinki: Finanssi- ja vakuutus-kustannus Oy.

**Tiikkanen**, Pirjo (2013) Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki:

**Tikka**, Marja (1994) Kalenteri-ikästä omaelämäkerralliseen ikään. Teoksessa Antti Uutela & Jan-Erik Ruth (toim.) (1994) Muuttuva vanhuus. Tampere: Gaudeamus.

**Tilastokeskus** (2015) Suomen väestön ikärakenne. Helsinki: Tilastokeskus. [http://pxweb2.stat.fi/Dialog/varval.asp?ma=050\\_vaerak\\_tau\\_104&path=../DATABASE/STATFIN/VRM/VAERAK/&lang=3&multilang=fi](http://pxweb2.stat.fi/Dialog/varval.asp?ma=050_vaerak_tau_104&path=../DATABASE/STATFIN/VRM/VAERAK/&lang=3&multilang=fi). Viitattu 23.2.2015.

**Tilastokeskus** (2012) Suuret ikäluokat eläkeiässä. Suuret ikäluokat ovat pienentyneet. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/artikkelit/2012/art\\_2012-03-12\\_001.html?s=1](http://www.stat.fi/artikkelit/2012/art_2012-03-12_001.html?s=1). Viitattu 23.2.2015.

**Tulle-Winton**, Emmanuelle (2000) Old bodies. Teoksessa Philip Hancock & Bill Hughes & Elizabeth Jagger & Kevin Paterson & Rachel Russell & Emmanuelle Tulle-Winton & Melissa Tyler (toim.) The body, culture and society. An introduction. Buckingham: Open University Press.

**Tuomi**, Jouni (2000) Aetatis hominum – elämänkulun vaiheet antiikin ja keskiajan kirjallisuudessa. Teoksessa Eino Heikkinen & Jouni Tuomi (toim.) Suomalainen elämäntietä. Helsinki: Tammi.

**Uljens**, Michael (1992) Phenomenological Features of Phenomenography. Göteborg: University of Göteborg.

**United Nations** (2015) Global issues. Ageing.

<http://www.un.org/en/globalissues/ageing/index.shtml>. Viitattu 16.4.2015.

**Unruh**, David R. (1983) Invisible lives. Social Worlds of the Aged. Beverly Hills: Sage.

**Uotinen**, Virpi (2005) I'm as old as I feel. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto: Jyväskylä studies in education, psychology and social research 276.

**Uusitalo**, Hannu (1997) Tiede, tutkimus ja tutkielma. Johdatus tutkielman maailmaan. Helsinki: WSOY.

**Uutela**, Antti & Palosuo, Hannele & Haukkala, Ari (1994) Vanhenemiseen liittyvät mielikuvat. Teoksessa Antti Uutela & Jan-Erik Ruth (toim.) (1994) Muuttuva vanhuus. Tampere: Gaudeamus.

**Vaarama**, Marja (2013) Kaikenikäisille Hyvä Suomi. Sukupolvipolitiikalla sosiaalisesti ja taloudellisesti kestävään hyvinvointiyhteiskuntaan. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Työpaperi 18/2013. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110167/URN\\_ISBN\\_978-952-245-929-9.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110167/URN_ISBN_978-952-245-929-9.pdf?sequence=1) Viitattu: 5.4.2015.

**Vaarama**, Marja & Hakkarainen, Anne & Laaksonen, Seppo (1999) Vanhusbarometri. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 1999:3.

**Vaittinen**, Risto (2013) Väestön ikärakenteen merkitys kulutukselle, säästämiseksi ja talouskasvulle. Teoksessa Sanna Tenhunen & Risto Vaittinen (toim.) (2013) Eläketalous. Helsinki: Finanssi- ja vakuutuskustannus Oy.

**Vikström**, John (2006) Vanhuus arvona yhteiskunnassamme. Teoksessa Harri Kankare & Hanna Lintula (toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. Helsinki: Tammi.

**Vincent**, John (2003) Old Age. London & New York: Routledge.

**Voutilainen**, Päivi (2013) Iäkkäiden ihmisten palvelut. Teoksessa Marita Sihto & Hannele Palosuo & Päivi Topo & Lauri Vuorenkoski & Kimmo Leppo (toim.) Terveyspolitiikan perusta ja käytännöt. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Teema 17/2013. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-814-8>. Viitattu 30.3.2015.

**Väestöliitto** (2015) Syntyneiden määrä. Helsinki: Väestöliitto.

[http://www.vaestoliitto.fi/tieto\\_ja\\_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja-ja-linkkejä/tilastotietoa/syntyvyys/syntyneiden-määrä/](http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja-ja-linkkejä/tilastotietoa/syntyvyys/syntyneiden-määrä/). Viitattu 23.2.2015.

**Walker**, Alan (2002) A strategy for active ageing. International Social Security Review 55(1).

**Suomen sädöskokoelma:** Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012

## LIITE: KIRJOITUSPYYNTÖ

# Eläkeläinen – kerro mitä ajattelet ikääntymisestä!

## KIRJOITUSPYYNTÖ

Opiskelen Tampereen yliopiston Porin yksikössä sosiaalipolitiikkaa ja teen pro gradu-tutkimusta ikääntymiseen liittyvistä käsityksistä. Kohderyhmänäni ovat eläkeläiset ja aineistonkeruumuotona on kirjoituspyyntö. Tarvitsen tutkimustani varten kirjoituksia, joiden välityksellä eläkeläiset kertovat omista ikääntymiseen liittyvistä käsityksistään.

Ruotsalainen näyttelijätär Ingrid Bergman sanoi aikanaan, että *”Ikääntyminen on kuin vuorelle nousua. Hengästyttää hieman, mutta näköala paranee.”* Omalta osaltani uskon Ingridin sanoihin ja tutkimukseni tavoitteena onkin antaa ikäihmisille mahdollisuus saada äänensä kuuluviin. Toivotavasti voit omalta osaltasi auttaa minua tutkimusaineistoni kartuttamisessa!

\*\*\*\*\*

Tämä kirjoituspyyntö on toteutettu niin, että voit kirjoittaa suoraan kysymysten jälkeen varattuun tilaan. Kirjoituspyyntö muodostuu erillisistä avoimista kysymyksistä, jotta vastaaminen olisi mielekäästä. Ikääntyminen on laaja tutkimusaihe, joten kysymykset rajaavat aiheen niihin seikkoihin, joista olen tutkimukseni puitteissa kiinnostunut.

Toivon, että pohdit kirjoittaessasi ikääntymistä oman kokemuksesi kautta. Tärkeää on, että tuot esille sen, miten iän karttuminen on vaikuttanut elämääsi niin hyvässä kuin pahassakin. Tekstin pituudella ei ole ylärajaa, joten tarvittaessa voit jatkaa kirjoitusta paperin kääntöpuolelle. Tutkimuksesi on hyötyä kaikenlaisista ajatuksista, joita aihepiirin pohtiminen tuo esille.

Käsittelen kirjoituksia luottamuksellisesti ja kirjoituksia ei käytetä muuhun kuin tämän pro gradu-tutkielman aineistona. Pro graduni valmistuu keväällä 2015 ja viimeistään syksyllä se on luettavissa sähköisesti Tampereen yliopiston julkaisuarkistosta ([www.uta.fi](http://www.uta.fi) - hakusanaksi pro gradut).

Voit kirjoittaa kirjoituksesi nimettömänä, mutta tulkintoja varten pyydän kuitenkin muutamia taustatietoja.

Ikä: \_\_\_\_\_

Sukupuoli: \_\_\_\_\_

Ammatti: \_\_\_\_\_

Siviilisäätty: \_\_\_\_\_

Asumismuoto: \_\_\_\_\_

**Suomen väestörakenne on muuttumassa ja jo tällä hetkellä Suomessa on reilu miljoona yli 63-vuotiasta kansalaista. Ikärakenteen painottuminen vanhempiin ikäluokkiin on yhteiskunnassamme uusi ilmiö ja se edellyttää ikääntymisen huomioimista, sillä yhteiskunnan tavoitteena on mukautua ikärakenteen muutoksiin erilaisin toimenpitein, jotta eri-ikäisten kansalaisten tarpeet olisi mahdollista huomioida.**

**On totta, että ikääntyminen koskettaa meistä jokaista. Eläkeläiset eivät poikkea muista ikäryhmistä moniäänisyydeltään tai yksilöllisyydeltään. On kuitenkin tärkeää saada ikääntyneiden oma ääni kuuluviin – etenkin aikana, jolloin ikääntymisestä puhutaan enemmän kuin koskaan ennen.**

**Miten suomalainen yhteiskunta mielestäsi suhtautuu ikääntymiseen ja ikäihmisiin?**

---

---

---

---

---

**Kenen vastuulla (oma vastuu, perhe ja läheiset, yhteiskunta) ikääntyneiden hyvinvointi on mielestäsi? Perustele vastauksesi.**

---

---

---

---

---

---

---

**Onko mielestäsi aiheellista, että yhteiskunnassa huomioidaan ikäihmiset omana erityistarpeita omaavana ryhmänä?**

**Mitä nämä erityistarpeet voisivat mielestäsi olla?**

---

---

---

---

---

---

**Lupa unelmoida: Millainen olisi mielestäsi ihanteellisin yhteiskunta ikääntyneiden kannalta?**

---

---

---

---

---

---

---

**Millä määritelmällä (eläkeläinen, ikäihminen, ikääntynyt, seniori, vanhus tms.) haluaisit mieluiten kuulla puhuttavan itsestäsi?**

**Onko asialla merkitystä?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Onko ikääntyminen huomioitu yhteiskunnassamme tarpeeksi?**

**Mitä muuttaisit ja mikä on jo nyt hyvin?**

---

---

---

---

---

---

---

**Mitä ikä merkitsee Sinulle?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mitä ajattelet omasta ikääntymisestä?**

**Millaisia tunteita ikääntyminen herättää?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kuvaile viidellä asialla sitä, miten ikääntyminen näkyy arjessasi. Perustele valintasi.**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Onko käsityksesi vanhenemisesta, iästä ja ikääntyneistä ihmisistä muuttunut elämäsi aikana?**

**Jos, niin kuvaile miten?**

---

---

---

---

---

---

---

---



**Suhtaudutko ikääntyneisiin nykyisin eri tavoin kuin ennen?**

**Entä suhtaudutaanko Sinuun eläkeläisenä eri tavoin kuin aikaisemmin?**

---

---

---

---

---

---

**Millaisena näet hyvän vanhuuden?**

**Millaiset asiat vaikuttavat hyvään ja huonoon ikääntymiseen?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mitkä kolme asiaa voit mainita tärkeimmiksi oman ikääntymisesi kannalta?**

**Mitä tavoittelet ja mitä haluat ylläpitää?**

---

---

---

---

---

---

---

**Pohtiessasi omaa ikääntymistäsi – onko kotona asuminen mahdollisimman pitkään yksi tärkeimmistä tavoitteistasi?**

**Perustele vastauksesi.**

---

---

---

---

---

**Kerro lyhyt tarina ikääntymisestä.**

---

---

---

---

---

---

---

**Lopuksi voit kirjoittaa ajatuksia, joita edellä käsitellyt asiat ovat mahdollisesti herättäneet. Sana on vapaa!**

---

---

---

---

---

---

---

**Kiitos osallistumisestasi!**

**Oma käsityksesi ikääntymisestä on minulle tärkeä.**

Valmiin kirjoituksen voitte palauttaa postitse postimerkillä ja palautusosoitteella varustetussa kirjekuoressa. Toivon vastaustanne **Itsenäisyyspäivään eli 6.12.2014 mennessä.**

**Ystävällisin terveisin, Mari Rautava**

(tunnistetiedot poistettu)

Sosiaalipolitiikan opiskelija

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

Tampereen yliopisto Porin yksikkö